



# UNIVERSIDAD DE LA RIOJA

## TRABAJO FIN DE ESTUDIOS

Título

Bullying en las aulas de primaria

Autor/es

MARTA JIMÉNEZ ORTEGA

Director/es

EDUARDO FONSECA PEDRERO

Facultad

Facultad de Letras y de la Educación

Titulación

Grado en Educación Primaria

Departamento

CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

Curso académico

2018-19



***Bullying en las aulas de primaria***, de MARTA JIMÉNEZ ORTEGA  
(publicada por la Universidad de La Rioja) se difunde bajo una Licencia Creative  
Commons Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada 3.0 Unported.  
Permisos que vayan más allá de lo cubierto por esta licencia pueden solicitarse a los  
titulares del copyright.

# TRABAJO FIN DE GRADO

Título

**Bullying en las aulas de primaria**

Autor

**Marta Jiménez Ortega**

Tutor/es

**Eduardo Fonseca Pedrero**

Grado

**en Educación Primaria [206G]**



**Facultad de Letras y de la Educación**

Año académico

2018/19



UNIVERSIDAD  
DE LA RIOJA

## **AGRADECIMIENTOS**

A mi madre, por trasmitirme la pasión por la educación, por ser mi mejor ejemplo y mi mayor ayuda y por guiarme siempre por el camino correcto. Por no dejarme caer, y por apoyarme a lo largo de mi vida. Por compartir este sueño que hoy se hace realidad; ser maestra.

A mi padre, por emocionarse con cada uno de mis logros, por apoyarme incondicionalmente y por sentir siempre su ánimo.

A mi hermano, por ser la mejor versión de mí misma, por complementarme, por ayudarme y tener siempre las palabras de ánimo para evitar que caiga. Por ser el mejor consejero y por seguir siendo el motor que me impulsa siempre hacia adelante.

A mis amigas, por ser mis compañeras de vida, por aportarme siempre algo y hacer de ese algo un todo. Por hacer que estos años sean más llevaderos, por compartir sueños, metas y proyectos; a todas ellas.

A la persona más especial de mi vida, por aparecer en ella.

A mi tutora de prácticas, Estrella, por ser eso, mi luz en las prácticas, mi confidente, mi apoyo y mi inspiración.

Al Colegio San Agustín de Calahorra, por el cariño y la confianza.

A Eduardo Fonseca, por transmitirme su pasión por conocer cómo funcionamos, por el maravilloso mundo de las emociones. Por apoyarme y transmitirme que puedo con todo, por su disposición ante mis propuestas, y, sobre todo, por confiar en mí, gracias, de verdad.

A todas esas personas que han formado parte de mí y me han ayudado a ser hoy quien soy, de corazón, gracias.

## **RESUMEN**

La investigación y profundización en la vida escolar ponen de manifiesto la imperante necesidad de una intervención satisfactoria en los centros de educación primaria en casos de bullying y cyberbullying para eliminar la violencia y mejorar aspectos de la educación emocional que serán claves para el desarrollo personal. El objetivo planteado en esta investigación es la creación de un nuevo programa a partir de una fundamentación científica para una efectiva intervención y prevención en casos de bullying y cyberbullying en las aulas de primaria. El fin que se persigue es concretar la necesidad de la creación de un nuevo programa, teniendo en cuenta los diversos perfiles de las personas que participan en este tipo de situaciones, las causas de las que se parte, las consecuencias que supone para la persona que participa en este tipo de realidades, bien sea de manera activa o pasiva, la prevalencia de las mismas, los tipos de acoso escolar y la etiología como base para la fundamentación de dicho programa. Se recogen aspectos comunes a los programas ya creados que sirven de punto de partida para la elaboración de este, así como un conjunto de actividades programadas por sesiones que se llevarán a cabo como medida de prevención e intervención en el aula.

## **PALABRAS CLAVE**

Bullying, Cyberbullying, Educación Emocional, Programa, intervención.

## **ABSTRACT**

The school life research shows the importance of an appropriate intervention in Primary School centres in bullying and cyberbullying situations with the goal of eliminate violence and improve, at the same time, emotional education aspects that would be essential in personal development. The main aim of this research is the creation of a new program based on a scientific research that would be necessary for an effective intervention in bullying and cyberbullying facts in Primary Schools students. The main objective at all is the development of the new program, taking into account personality multiple profiles which take part in these kind of contexts, consequences for that people, independently of being active or passive attitudes, prevalence, different kinds of bullying and aetiology, which is used as the program basis. Some common aspects of different programs are also take into account as the starting point of the new one, with some activities divided in different sessions that would be essential to eradicate bullying.

## **KEY WORDS**

Bullying, Cyberbullying, Emotional Education, Programme, intervention.

## ÍNDICE

<b>1-. Introducción .....</b>	<b>6</b>
<b>2-. Bloque I: Teoría del Bullying .....</b>	<b>9</b>
2.1. ¿Qué es el bullying? .....	10
2.2. Tipos de bullying.....	11
2.3. Prevalencia .....	13
2.4. Etiología .....	15
2.5. Consecuencias .....	16
2.6. Perfiles .....	17
<b>3-. Bloque II: Análisis de Programas destinados a la prevención .....</b>	<b>20</b>
<b>e intervención en casos de Bullying .....</b>	<b>20</b>
<b>3.1. Análisis de Programas destinados a la prevención e intervención en casos de Bullying.....</b>	<b>20</b>
3.1.1. Método KiVa.....	21
3.1.2 Programa TEI .....	22
3.1.3. Cyberprograma 2.0.....	23
3.1.4. Programa de Educación Social y Afectiva.....	24
3.1.5. Cómo prevenir la violencia escolar: “La convivencia escolar: qué es y cómo abordarla” .....	25
3.1.6. Trabajando con víctimas, agresores y espectadores: “La convivencia escolar: qué es y cómo abordarla” .....	26
3.1.7. Convivir es vivir.....	26
3.1.8. Mediación de conflictos .....	27
3.1.9. Prevención de la violencia y lucha contra la exclusión.....	27
3.1.10. Discusión, psicodrama y role-playing .....	28
3.1.11. Programa de sensibilización contra el maltrato entre iguales .....	28
3.1.12. Intervención a través del test BULLS-S.....	29
3.1.13. Bullying: Aulas libres de acoso.....	29
3.1.14. CONVES. Programa para mejorar la convivencia escolar .....	30
3.1.15. Programas JUEGO: 4-6, 6-8, 8-10 y 10-12 años .....	30
3.1.16. Kit teatral Postdata .....	30
3.1.17. Bully Dance.....	31
3.1.18. Programa de Prevención del Bullying (BPP. Olweus, Limber, Flerx, Mullin, Riese, y Snyder, 2007) .....	31
3.1.19. El juego sobre el acoso escolar .....	32

3.1.20. Programa de Educación Emocional y Prevención de la violencia .....	33
3.2. Aspectos comunes de los Programas destinados a la prevención e intervención en casos de Bullying.....	34
<b>4-. Bloque III: Creación de un Programa de intervención y prevención en casos de bullying en Educación Primaria .....</b>	<b>35</b>
4.1. Introducción y temporalización .....	35
4.2. Actividades y recursos organizados por sesiones .....	39
4.3. Contenidos, objetivos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y competencias clave.....	49
4.4. Metodología .....	59
4.5. Evaluación .....	60
<b>5-. Conclusión .....</b>	<b>62</b>
<b>6-. Referencias .....</b>	<b>65</b>
<b>7-. Anexos .....</b>	<b>69</b>

## **1-. Introducción**

Situándonos en la sociedad en la que convivimos hoy en día, podemos apreciar que varios factores que años atrás no tenían demasiada trascendencia se han convertido en algo cotidiano. Concretamente con el caso del bullying, al cual se le han atribuido numerosos términos de uso similar que hacen referencia al mismo fenómeno, tales como acoso escolar o violencia entre iguales. Los casos de acoso escolar conocidos han incrementado su visibilidad en los últimos años, este hecho unido a los resultados de investigación que señalan las trágicas consecuencias para la salud mental de menor tiene ser víctima de esta persecución sistemática (Springer, Cuevas, Ortiz, Keis y Wikinson, 2015) ha supuesto un aumento en el interés y la preocupación de los profesionales por hallar soluciones a este problema.

“La Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, modificada por el artículo único de la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa, señala como uno de los principios del sistema educativo español la educación para la prevención de conflictos y la resolución pacífica de los mismos, así como la no violencia en todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social, y en especial en el del acoso escolar. Igualmente, establece como uno de los fines del sistema educativo español, la educación en el ejercicio de la tolerancia y de la libertad dentro de los principios democráticos de convivencia, así como en la prevención de conflictos y la resolución pacífica de los mismos” (Alberto Galiana, 2019).

El fenómeno bullying tienen una mayor notoriedad en la sociedad que años atrás, y esto es debido, entre otros aspectos, a que se le ha dado mayor visibilidad, no a la ausencia de este en las aulas. En el momento en el que a un fenómeno se le atribuye un nombre, este es más y más visible puesto que podemos aludir a él de una manera más sencilla. De manera contraria al convencimiento actual de la sociedad, y de acuerdo al estudio Cisneros realizado en el año 2006, los índices de acoso escolar son mayores en la etapa de educación primaria; pero no por ello hay que quitarle importancia a la educación secundaria ya que, en el momento en el que haya tan solo una persona que lo sufra, todo lo realizado para evitarlo será una de las mejores inversiones por hacer. Además, hay que tener en cuenta que recientemente han aparecido las redes sociales, y, por tanto, las TIC. La incorporación de las TIC ha incrementado el problema del bullying, ya que este, como



sucedía hasta el momento, no acaba al finalizar la jornada escolar, sino que se hace extensible a las veinticuatro horas del día. Este nuevo método de realizar bullying mediante el uso de las TIC se le denomina ciberbullying y se abordará más adelante de forma más detallada.

A lo largo de este trabajo se pretenden abordar diferentes apartados relacionados con el fenómeno del que se está hablando, para tratar así de explicarlo y comprenderlo, y poder, entonces, abordarlo. Será por tanto con una definición apropiada, haciendo además un barrido por la historia del bullying, desde su aparición hasta el momento actual, diferenciando los tipos de bullying, las causas, la prevalencia, y las consecuencias que este tiene. Además de trabajar los diferentes entornos en los que aparece con una mayor incidencia, y estudiando también los perfiles de aquellas personas que se ven involucradas en él. Una vez concluido el marco teórico y dejando así la teoría clara, habrá un proyecto mediante el cual se pretende combatir el bullying en las aulas de primaria; más concretamente destinado al alumnado de sexto de primaria.

La Educación Emocional tiene un papel fundamental en cuanto a combatir el bullying, ya que se ha demostrado. Para llevar a cabo una intervención eficaz, *Save the Children* señala la importancia de la incorporación de un profesional en el aula, como por ejemplo el caso de un psicólogo, el cual lleve a cabo una serie de ejercicios que trabajen la educación emocional y poder trabajar al mismo tiempo la erradicación del bullying en las aulas. Diferentes estudios señalan claras diferencias en los perfiles de inteligencia emocional asociados a los roles de víctima o agresor en el fenómeno del bullying (Casas, Ortega y Del Rey, 2013). La ausencia de habilidades de educación emocional afecta a las personas, en este caso concreto a los estudiantes, no solo en el aula, sino que esto va más allá y afecta a todos los ámbitos de la vida, ya que la capacidad para conocerse está afectada, y por ello la capacidad de relacionarse con los demás no se lleva de manera satisfactoria.

Las emociones será por tanto una herramienta de trabajo, y se usarán como un indicador que nos ayude a intervenir este tipo de problemas, y también como medida de prevención en el aula. Al usar las emociones como un indicador, es necesario reconocerlas, en primer lugar, ya que, para poder utilizarlas, primero debo saber qué son, cuáles son, y distinguirlas entre ellas. Por tanto, en segundo lugar, se sitúa la comprensión

de estas, y, por último, la utilización de las emociones. Por ello se puede concluir que aquella persona que trabaje las emociones y las desarrollen no tendrán problema, mientras que aquellos que fallen en alguno de los pasos del proceso del uso de las emociones como indicador tendrán grandes dificultades en las relaciones sociales, así como en la aceptación social dentro del grupo. Por tanto, cuando las relaciones sean positivas, aumentará la red de relaciones, y esta será cada vez más satisfactoria, mientras que, en el momento en el que las relaciones sociales sean negativas, estas personas comenzarán a quedar excluidas y aislados, y se sentirán rechazados por la sociedad.

La formación del profesorado, así como la de los padres y madres, y en general, de todas las personas que participan en el entorno del niño/a y en su desarrollo y educación debe ser constante. No solo por la importancia y la influencia que tienen estos adultos en el desarrollo del niño/a, sino para saber afrontar y solventar situaciones que pueden considerarse de riesgo para estos alumnos. Igual de peligroso es detectar que un alumno sufre bullying como que lo está realizando, ya que otra persona que no se ha manifestado hasta el momento está sufriendo violencia por parte de alguno de sus compañeros. Se trata por tanto de una tarea pendiente, ya que hay que reforzar la formación del profesorado en este tema, y hay que desarrollar también, de igual modo, el reconocimiento de situaciones de bullying en diferentes situaciones.

Por tanto, se trata de un trabajo en el que se pretende ahondar en el tema del bullying, concretamente en las aulas de primaria, y en el ejercido por alumnos entre sí, para poder así encontrar soluciones de prevención e intervención eficaces, basada en programas ya existentes y en producciones propias para encontrar así un modelo sólido y eficaz que implantar en la Educación Primaria. Según Sabel Gabaldón, y tal y como viene recogido en uno de sus artículos, es fundamental establecer y desarrollar ciertos aspectos para la mejora de la educación y así evitar, con esta educación de calidad, la aparición de este tipo de fenómenos. Por eso se recogen “Los cuatro pilares de la educación” (Gabaldón, 2005).

Aprender a conocer y aprender a aprender supone el aprovechamiento de las diferentes oportunidades que la educación nos va brindando en los diferentes aprendizajes que vamos realizando a lo largo de nuestra vida.

Aprender a hacer supone hacer frente de manera satisfactoria a la diversidad de

situaciones que se nos van planteando.

Aprender a ser, de manera que fomentemos nuestras aptitudes personas, tales como la autonomía, el auto concepto y la personalidad; en definitiva, aquello que nos hace ser nosotros.

Aprender a convivir, comprendido como medio de enfrentamiento a diferentes conflictos evitando la violencia, y respetando la pluralidad de opiniones que podemos encontrar en nuestro entorno.

“Es propio de hombres de cabezas medianas embestir contra todo aquello que no les cabe en la cabeza” (Antonio Machado).

## **2.- Bloque I: Teoría del Bullying**

### **2.1. ¿Qué es el bullying?**

Dan Olweus (1983), quien fue una de las primeras personas en estudiarlo lo define como “una conducta de persecución física y/o psicológica que realiza un alumno contra otro, al que elige como víctima de múltiples ataques. Esta acción, negativa e intencionada, sitúa al que la padece en una posición de la que difícilmente puede salir por sus propios medios. La continuidad de estas relaciones provoca en las víctimas efectos claramente negativos: descenso de la autoestima, ansiedad, depresión, que dificultan su integración en el medio escolar y el desarrollo normal de los aprendizajes”.

Otra de las definiciones más aceptadas es la enunciada por Olweus (1999): “Decimos que un estudiante está siendo intimidado cuando otro estudiante o grupo de estudiantes: dice cosas mezquinas o desagradables, se ríe de él o ella o le llama por nombres molestos o hirientes. Le ignora completamente, le excluye de su grupo de amigos o le retira de actividades a propósito. Golpea, patear, empuja, o le amenaza. Cuenta mentiras o falsos rumores sobre él o ella, le envía notas hirientes y trata de convencer a los demás para que no se relacionen con él o ella. Y cosas como estas. Estas cosas ocurren frecuentemente y es difícil para el estudiante que está siendo intimidado defenderse por sí mismo. También es bullying cuando un estudiante está siendo molestado repetidamente de forma negativa y dañina. Pero no lo podemos llamar bullying cuando alguien se mete

con otro de forma amistosa o como en un juego. Tampoco es bullying cuando dos estudiantes de la misma fuerza discuten o pelean”.

Además de estas dos definiciones, entre las miles que encontramos, destaca la de Ortega (1994), en la que el contexto ocupa un lugar central, y por tanto define el bullying como: “Una situación social en la que uno o varios escolares toman como objeto de su actuación injustamente agresiva a otro compañero y lo someten, por tiempo prolongado, a agresiones físicas, burlas, hostigamiento, amenaza, aislamiento social o exclusión social, aprovechándose de su inseguridad, miedo o dificultades personales para pedir ayuda o defenderse”.

Por tanto, podemos apreciar que todas las definiciones tienen aspectos en común, en los que hacen especial hincapié. Por ello se puede elaborar una definición de bullying entendiéndolo como un sometimiento por parte de uno o varios hacia una víctima, la cual no puede defenderse por sí misma por circunstancias diversas, tales como el miedo, la inseguridad o la inferioridad física o numérica, en la que el o los agresores practican conductas hirientes sobre su víctima, aislándole de sus relaciones sociales y haciéndole creer que está solo frente al problema. Se trata de conductas que se prolongan en el tiempo, que pueden ser físicas o psicológicas, y que, con el paso del tiempo, provoca efectos negativos en la persona que lo sufre.

Aquellas personas acosadoras o *bullies* (por su término en inglés, matón) son las que ejercen sus conductas negativas sobre la víctima o el acosado. La intensidad de estas conductas puede ser variada, e ir desde unos niveles de victimización extremos, en los que el acosador busca infligir dolor en la víctima, se trata de una explotación de la diferencia de poder, hasta unos niveles menores, en los que se da el maltrato no deliberado, que a la larga tiene los mismos efectos de aislamiento que el extremo.

Hay una gran cantidad de características que se atribuyen al acoso escolar, pero entre multitud de autores tales como Díaz-Aguado, Piñuel, Oñate, Avilés o Sanmartín encontramos algunas de ellas comunes, y que consisten en; la presencia de una víctima y un acosador, el cual acorrala a la víctima y la aísla por completo, tratando de hacerle daño de manera constante y continuada en el tiempo. Además, existe una notable diferencia de poder entre víctima y acosador, ya que la víctima en ninguno de los casos puede defenderse de la multitud de ataques de nivel físico, psicológico o incluso a nivel social.

También encontramos que hay un sometimiento prolongado en el tiempo, ya que tal y como se define el bullying, se trata de un acto prolongado en el tiempo, en la que hay una relación de dominio-sumisión. Por último, la intimidación está muy presente, y aunque suele ser realizada a un solo individuo, en el hipotético caso de que se dé en un grupo, la intimidación se llevará a cabo en sujetos aislados, nunca en grupo, para que así los sujetos sometidos no puedan defenderse y se sientan aislados y acorralados por completo.

Asimismo, el bullying se puede llevar a cabo de múltiples formas, tal y como viene recogido en el conjunto de las definiciones, y este puede ser; físico, acciones agresivas que van destinadas a infligir un daño en la otra persona, bien sean directamente contra el cuerpo (golpear, empujar, zarandear...) o dirigidas contra la propiedad (robar, dañar bienes...). Del mismo modo, puede ser verbal, en el que predominan los insultos, social, que supone convencer a los demás de que esa persona debe estar sola y que no se pueden relacionar con él o ella, de manera que el aislamiento sea total. Además, se difunden rumores o calumnias falsas con el único fin de hacer daño a la víctima. Así mismo, puede ser bullying a nivel psicológico, mediante el cual se pretende dañar la autoestima de la persona, creándoles inseguridades y miedos que no le permitan sentirse seguro y hacer frente a su acosador. En la actualidad, el bullying sexual está teniendo un gran aumento en cuanto a incidencia, y este consiste en el uso de la sexualidad de una persona como medio de coacción, de ahí la importancia de la aparición de una serie de colectivos tales como el LGTBI; se trata de la abreviatura de lesbianas, gays, bisexuales, transexuales e intersexuales, que sirven para ofrecer ayuda y dar visibilidad a este tipo de casos. La forma mixta, que consiste en combinar varios de los anteriores, y por último, la violencia a través de las TIC.

## **2.2. Tipos de Bullying**

Tal y como viene recogido previamente, el bullying o acoso escolar se trata de una violencia relacional entre iguales. Y resulta paradójico que se afirme que tal violencia es entre iguales, ya que uno de los principales pilares sobre los que se sustenta el bullying es en las diferencias entre el agresor y su víctima, y la incapacidad de esta para defenderse.

No obstante, hay diferentes modos de agresión en estos casos, y los escenarios pueden ser muy variados, pero se centran en el aula del centro y el entorno escolar. Hay que tener en cuenta la aparición de las TIC, lo que ha dado lugar a la aparición de un

nuevo tipo de bullying; el cyberbullying. Este va más allá de lo que hasta ahora conocíamos, ya que hace extensible que el acoso se produzca indistintamente en el entorno escolar o en casa, a cualquier hora del día, y, lo que le atribuye un mayor grado de importancia es que el bullying se puede llevar a cabo mediante las redes sociales con falsos perfiles o refugiándose en el anonimato.

Por ello podemos distinguir el bullying como tradicionalmente se conoce, como un medio de agresión físico, psicológico o social, que se lleva a cabo en el entorno escolar y de manera directa entre los dos protagonistas: el agresor y la víctima. Y, por otro lado, encontramos el cyberbullying, una nueva modalidad que combina el bullying y va más allá introduciendo las redes sociales y el uso de las TIC para aumentar así el sufrimiento de la víctima. Peter K. Smith (2008) lo define como: “Acto agresivo intencionado, llevado a cabo de manera repetida y constante a lo largo del tiempo, mediante el uso de formas de contacto electrónicas, por parte de uno/s individuo/s contra una víctima que no puede defenderse fácilmente”.

El cyberacoso se entiende como una forma de agresión emergente, percibida por una tasa superior al 25% de alumnos, y que afecta al 5,4% como agresor y al 5,5% como víctima de forma continuada durante el curso escolar. (A.A.V.V. 2007). Sus principales características son: manifestaciones directas e indirectas causando un daño muy amplio, con un gran número de consecuencias. El número de agresiones se eleva, y estas son ejercidas por un acosador cuya identidad puede no ser conocida, incrementando la impunidad del agresor y la indefensión de la víctima. Las agresiones adoptan un papel público, los escenarios pueden ser múltiples y el tiempo que dura la agresión es incontrolable. De ahí que la poca protección de la víctima sea alarmante, ya que este tipo de bullying es incontrolable y la víctima “no tiene donde esconderse”. El cyberbullying está respaldado por dos aspectos que lo convierten en un hecho favorable para el acosador, y es se trata de una forma de maltrato constante, donde los acosadores pueden protegerse mediante el anonimato y el escenario se traslada a todos los ámbitos de la vida de la víctima.

Según Willard (2007), encontramos diferentes tipos de cyberbullying entre los que destacan: Hostigamiento (envío y difusión de mensajes ofensivos), persecución (envío de mensajes amenazantes), denigración (difusión de rumores con intención de desacreditar), violación de intimidad (difusión de secretos o imágenes), exclusión social

(exclusión deliberada de grupos en la red) y suplantación de identidad con mensajes maliciosos.

Los principales rasgos comunes y diferentes de estos dos tipos de acoso son los siguientes; ambos son ejercidos como violencia de acción, ya que se actúa directamente contra las víctimas, pero también podemos encontrar en sendos la violencia por omisión, la cual supone el aislamiento de la víctima en el caso de bullying tradicional, mientras que en el caso de cyberbullying, consiste en todos aquellos que ven esas agresiones y no actúan para impedirlo. El escenario donde se lleva a cabo es una de las principales diferencias entre estos dos tipos de acoso, ya que, en el caso del bullying tradicional, este se lleva a cabo en el entorno escolar o sus alrededores, mientras que el cyberbullying puede llevarse a cabo desde cualquier parte del mundo, de ahí su gran riesgo. En cuanto al número de agresor, este puede ser único o grupal. En el caso de bullying, este suele comenzar siendo un único agresor, al que se le van sumando adeptos, y esto consigue que la víctima perciba a su clase como un conjunto que le excluye y del que, por inferioridad no puede defenderse. Mientras que, en el bullying, el acosador puede ser un gran colectivo debido a la facilidad de acceso que tienen las personas a las redes sociales, incluso puede que no tengan ni relación directa con la víctima, y esto puede aumentar el riesgo de que la víctima se vea aislada de la sociedad en su conjunto. Por último, el tipo de agresor al que nos enfrentamos, en primer lugar, se trata de una acción directa, en la que conocemos la identidad del agresor; por el contrario, en el segundo caso, el agresor puede refugiarse en el anonimato de las TIC y puede que no se conozca su identidad.

### **2.3. Prevalencia**

El fenómeno del bullying está presente en todos los países europeos, pero la disparidad en cuanto a la forma de recoger los datos no permite comparar de manera exacta los mismos. A pesar de ello, los datos que se recogen de prevalencia no son homogéneos, tal y como recoge Maite Garaigordobil (2012). No obstante, sí que aparecen una serie de indicadores generales y comunes, que suponen una síntesis de la prevalencia de este fenómeno. Agresores y víctimas presentan niveles de Educación Emocional muy por debajo de la media, lo que supone un indicador claro de la presencia de Bullying en estos alumnos. Las formas tradicionales del Bullying se vienen analizando desde la década de 1980. Los estudios convienen en concluir que este maltrato se detecta con

regularidad en todos los países occidentales, con un nivel de incidencia media en torno al 20% del alumnado. (Cerezo-Ramírez, 2012).

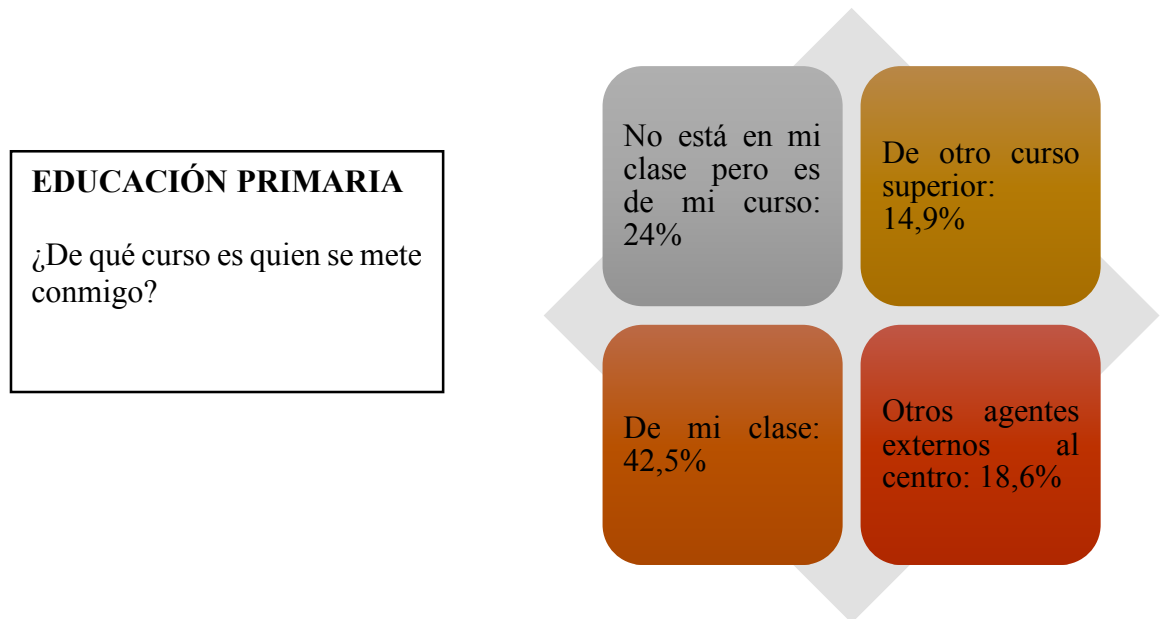
En general, los chicos tienen una mayor incidencia que las chicas en este fenómeno, pero la participación por parte del género femenino se ha visto incrementada, tal y como podemos observar en un mismo estudio realizado con siete años de diferencia. Es el caso del informe del defensor del Pueblo (2000), que recoge que el bullying se podía apreciar en más de la mitad de los centros educativos, y que en el año 2007 dicho porcentaje se elevó, y se concretó en el tipo de conductas que se habían presenciado. En primer lugar, encontramos la agresión verbal, en la que se incluyen motes e insultos, con oscilación en torno al 50%, seguido de la exclusión social, con un 20%, y de la agresión física directa o el abuso físico, que incluye las peleas y los golpes, que ocupa la tercera posición. El maltrato por aislamiento social ocupa un puesto importante, pero no alcanza la notoriedad de los anteriores. También se recoge que el acoso sexual se ha visto incrementado en el transcurso de estos siete años, ya que en el primer estudio no venía reflejado, mientras que en el estudio posterior se le ha atribuido un porcentaje, y por tanto ha emergido en la sociedad.

Centrándonos en el curso escolar, según van avanzando los cursos, los problemas relacionados con la violencia van disminuyendo. Por tanto, podría atribuirse que está relacionado con el nivel madurativo de los alumnos. El momento de mayor prevalencia se encuentra entre los 11 y los 14 años, y por ello se ha seleccionado el curso de sexto de primaria como la edad a la que se destinará el Programa que se elaborará a lo largo de este proyecto. Teniendo en cuenta que sexto de primaria supone el final de una etapa y el inicio de una nueva, resulta fundamental aprovechar el conjunto de herramientas que tenemos los docentes a nuestra disposición para identificar y regular las emociones, permitiendo que los alumnos lleguen a conocerse y controlar sus impulsos, y enseñándoles así a los alumnos estrategias para evitar que se victimicen o, en el caso contrario, que acosen a los compañeros.

Los principales lugares en los que tienen lugar los casos de bullying dependen, en gran medida, del curso escolar en cuestión, ya que, centrándonos en una edad u otra, los episodios de acoso se llevarán a cabo en escenarios diferentes. Estos pueden variar desde el centro escolar, incluyendo el momento de mayor riesgo, que es el patio, especialmente



en primaria, ya que los alumnos deben permanecer dentro del recinto escolar, y a pesar de la vigilancia de los profesores, es el instante en el que más casos se dan de bullying entre los seis y los doce años, las diferentes aulas, así como los alrededores del centro. En el caso de los alumnos de secundaria, los escenarios varían y se centran en las aulas y los pasillos del Centro Escolar. Como Garaigordobil (2012) la violencia entre iguales en la escuela se produce en todo el mundo y en todas las clases sociales.



*Figura 1: ¿De qué curso es quién se mete conmigo? Fuente: Instituto Vasco de Evaluación e Investigación Educativa (ISEI-IVEI), 2012.*

## 2.4. Etiología

A pesar de que no haya un conjunto de causas claras que nos permitan afirmar que a partir de ellas se desarrolla el Bullying, sí que es llamativo que el tipo de educación y de familia y modelo que tengan los alumnos/as, influye notoriamente en el modo que estos tienen de comportarse. Sin embargo, a pesar de que estos factores puedan influir, el bullying es un modelo multicausal, es decir, que podemos observar una serie de factores o de causas que son las que nos derivan al problema en cuestión, en este caso el Bullying.

Hay que señalar que, dependiendo del tipo de educación, hay una mayor probabilidad de que el sujeto en cuestión tenga una mayor inclinación por el perfil del

acosador, o por el perfil de víctima. Aquellos alumnos/as que están implicados en el bullying perciben de una manera diferente su entorno escolar. Por un lado, el acosador suele tener una familia más permisiva, lo que permite la agresividad “dejando hacer”, mientras que, en el caso de las víctimas, suelen tener un estilo familiar más autoritario. “Las víctimas encuentran contextos familiares poco cohesionados y organizados que les deja desprotegidos ante las conductas del agresor” (Cerezo, 2009).

Destaca que no sólo en aquellos casos en los que haya maltrato hay riesgo de que el hijo/a sea partícipe de una conducta similar, sino que en aquellas familias en las que encontremos incongruencias o lleven a cabo comportamientos o actitudes inadecuadas para el correcto desarrollo de sus hijos/as suponen un riesgo de manera manifiesta.

Tanto víctima como agresor se encuentran inmersos en perfiles de familias poco favorecedores. No obstante, no siempre es así, ya que podemos tomar el ejemplo de dos hermanos que hayan sido educados por los mismos padres de igual manera, y no por ello los hijos tienen que actuar de la misma forma. Tan solo se señalan estas características familiares como puntos de riesgo a tener en cuenta como posibles causas ante los diversos casos de bullying que se dan a lo largo del día en las aulas de los Centros Educativos.

## **2.5. Consecuencias**

El Bullying tiene consecuencias negativas para todos aquellos que están implicados en él, bien sea de manera directa o indirecta. Por tanto, habrá consecuencias tanto para la víctima, para el agresor, y para el espectador. Todas aquellas personas que están presentes en escenarios en los que hay maltrato están en riesgo de sufrir trastornos a nivel psicológico en una edad más avanzada como la adolescencia o la edad adulta. Además, el acoso escolar tiene un conjunto de repercusiones negativas a nivel de aula; grupo-clase, y a nivel general de centro.

En primer lugar, las consecuencias que podemos encontrar en una víctima de bullying también pueden tomarse como indicadores para detectar que una persona está sufriendo bullying. Algunas de las más características son: miedo a las relaciones interpersonales por falta de seguridad y baja autoestima, aislamiento social, introversión, síntomas depresivos, notable descenso en el rendimiento académico, dificultad de

concentración, síntomas de somatización, indefensión, ansiedad, sentimiento de culpabilidad, soledad, rechazo por la escuela y todo lo relacionado con ella. En los casos más extremos puede desencadenar de forma trágica en casos de suicidios. Recientemente hemos tenido que lidiar con la terrible noticia de que una niña de 8 años hizo frente a una terrible enfermedad como es el cáncer, pero no pudo hacer frente a las burlas de sus compañeros y terminó suicidándose. Casos como este tienen lugar en el mundo durante todo el año, pero no con demasiada visibilidad.

Por otro lado, las consecuencias que tiene el agresor son en igual medida un indicador para la detección de problemas como este. Las principales son; rechazo a la escuela, llamadas constantes de atención y afecto, crueldad e insensibilidad, búsqueda de aceptación en un grupo con un reconocimiento o estatus, intimidación, ausencia de empatía, faltas de respeto, incumplimiento constante de las normas, ira e impulsividad, consigue el poder mediante el uso de la violencia y el maltrato, persistencia de dichos síntomas en las relaciones de adultos.

Además, los espectadores también sufren una serie de consecuencias, ya que son testigos de dichas conductas y se comportan de manera pasiva ante ello. Las principales consecuencias son el miedo o la sumisión, falta de empatía para ponerse en el lugar de la víctima y ayudarlo, tomar una serie de actitudes violentas e injustas como un modelo de conducta normal y aceptable, desensibilización, culpabilidad, persistencia de dichos síntomas a largo plazo.

Por tanto, estas consecuencias dejan secuelas imborrables en todas aquellas personas que participan de modo directo o indirecto en episodios de bullying, y que pueden arrastrar de manera involuntaria consigo el resto de su vida, afectando al modo de llevar a cabo diversas relaciones interpersonales con su entorno en diversos ámbitos a los que cada persona tenga que enfrentarse.

## **2.6. Perfiles**

Dentro de los múltiples escenarios de bullying, todos ellos tienen en común los protagonistas de estos fatídicos episodios. En toda definición de bullying se concreta como violencia relacional entre iguales, en la que encontramos dos roles, el *agresor* y la

*víctima* de estos episodios. Por tanto, podemos diferenciar claramente dos tipos de perfil que hacen alusión a las personas partícipes de este fenómeno. Existen varios estudios que aclaran que tanto la regulación emocional como la expresión de emociones pueden ser predictores de victimización del bullying (Garner y Lemerise, 2007; Kelly, Schwart, Gorman y Nakamoto, 2008).

Por un lado, el perfil de acosador corresponde con un perfil de riesgo que de declina por una elevada popularidad, que ha podido conseguir mediante amenazas y el uso de la violencia, posee gran cantidad de complejos que suple ejerciendo acoso sobre aquellos compañeros/as que considera inferiores y que no se pueden defender. La ansiedad, somatización y diversos problemas conductuales también lo perfilan como un posible agresor. Además, trasgrede las normas constantemente, no reconoce la autoridad y procede, en la inmensa mayoría, de hogares en los que hay violencia y ausencia de cariño. Falta de interés por el colegio y su entorno, bajo rendimiento escolar, e incluso consumo de alcohol y drogas, como conductas de riesgo. Impone sus deseos por encima de los de cualquiera, y esto lo justifica mediante el uso de la violencia, de manera que puede lograr así sus objetivos. Manifiesta un bajo nivel de autoestima, y una elevada violencia que descarga contra aquellos que considera más indefensos. Se trata de una persona que usa el desafío y la transgresión continuamente, y que sus relaciones sociales son escasas y de mala calidad, ya que están basadas en el temor, el miedo o la violencia. Roa, Vacas y Moreno (2006) señalan que “el aumento de separaciones y divorcios, junto a los conflictos y falta de cohesión que originan, son factores que guardan una relación positiva con la violencia escolar”. Llama la atención que, en el caso de los chicos agresores, utilizan la violencia física, tales como las agresiones, y estas van acompañadas de agresiones verbales. Además, el número de agresores masculino es más elevado que el femenino. En el caso de que el agresor sea chica, estas agresiones son verbales y hacen gran uso de las agresiones psicológicas. Sin embargo, cuando las agresiones proceden de un grupo mixto, las chicas cobran un papel más activo y violento dentro del grupo.

Por el contrario, en el caso de la víctima, se trata de un perfil de riesgo que se caracteriza por tener una baja popularidad, razón por la cual resulta aún más difícil defenderse ante diversos ataques y recibir ayuda de alguno de sus compañeros/as. Esto va ligado a un sinnúmero de miedos e inseguridades, baja autoestima y auto concepto negativo, aceptación pasiva de la frustración, estrés, ansiedad y angustia que pueden desembocar

en ataques de pánico. Gran cantidad de complejos e inseguridades, problemas de somatización, timidez, falta de asertividad e incapacidad de expresar sus deseos. Rechazo por el colegio y todo lo relacionado con este, de forma que puede simular enfermedades inexistentes con el fin de evitar acudir al centro y no enfrentarse a sus acosadores. Sobreprotección por parte de la familia, lo que le impide desarrollar aspectos que le permitan hacer frente a situaciones de riesgo, y lo que va acompañado de una excesiva dependencia emocional. Además, en cuanto a la postura corporal y los gestos no acompañan al discurso que quiere transmitir, lo que supone que la atención se focalice en él/ella en un mayor grado.

Tiene creencias en aspectos tales como el horóscopo o los milagros, de forma que los usa como medio de huida de sus problemas en la vida real. El rendimiento académico sufre un gran descenso, y la evitación de este sujeto hacia los profesores y los adultos es cada vez mayor, ya que tiende a guardarse el problema para sí y a sufrirlo en silencio. La ansiedad y la depresión aparecen en este tipo de perfiles, y suponen un riesgo a largo plazo ya que la víctima puede llevarlos consigo durante su adolescencia y edad adulta. Además, podemos hacer una distinción entre dos tipos de perfiles dentro de las víctimas, ya que, por un lado, se encuentra la víctima activa, que consiste en aquella que tiene un bajo control de sus impulsos con un comportamiento inadecuado, tratan de defenderse de agresiones usando la violencia, actúan de manera impulsiva, sin reflexionar sobre aquello que van a hacer, y tiene comportamientos inmaduros de acuerdo a su edad. Por otra parte, encontramos la víctima pasiva, que es aquella que es poseedora de algún rasgo distintivo frente a la homogeneidad del grupo al que pertenece, y por ello llama la atención de los agresores; esto puede ser desde una tardía incorporación al centro, hasta culturales o características físicas (peso, color de piel, diferencias intelectuales...). Este tipo de perfil tiene un carácter pasivo, ya que no trata de defenderse ante sus agresores, sino de huir, lo que conforma que tenga una personalidad miedosa, unido a una autoestima baja con falta de habilidades sociales.

Por último, hay que tener en cuenta que, en todos los casos de bullying o violencia escolar, existe la presencia de espectadores, los cuales tienen una gran importancia puesto que podrían detener estos episodios de bullying y no actuar como agentes pasivos ante estos acontecimientos. Por un lado, encontramos los espectadores pasivos, que son aquellos que no ofrecen su ayuda ni intervienen ante un acto de maltrato, mientras que,

por otra parte, encontramos los espectadores activos, que son aquellos que, no siendo suficiente que actúen de manera pasiva para la víctima, que incluso incitan y animan los episodios violentos, llegando incluso a ayudar a los agresores vigilando o difundiendo difamaciones.

Estos perfiles son un conjunto de características comunes en aquellos individuos que han sufrido o ejercido bullying. Por ello no quiere decir que aquellas personas implicadas tengan que poseer todos estos rasgos característicos, ni, por el contrario, que aquellas personas que posean alguno de estos rasgos sea partícipe de episodios de bullying. Estos perfiles se usan como guía y como un posible indicador ante una potencial situación de bullying como detectores de conductas de riesgo, para tratar de prevenirlas o erradicarlas tan pronto como sea posible.

### **3-. Bloque II: Análisis de Programas destinados a la prevención e intervención en casos de Bullying**

En la actualidad existen numerosos programas que se llevan a cabo en las aulas para tratar de prevenir el Bullying, o si ya existe, para tratar de erradicarlo. No es tarea fácil ya que, si nos fijamos en el sinfín de programas ya existentes y en los resultados, no existe todavía ninguna con un porcentaje de eficacia de casi el total de los alumnos participantes, aunque, como excepción el método KiVa ha tenido gran eficacia en las escuelas de Finlandia en las que se ha llevado a cabo (Granero y Manzano, 2018).

A continuación, se recogen, los principales programas para la intervención de Bullying que hay vigentes en la actualidad.

#### **3.1. Análisis de Programas destinados a la prevención e intervención en casos de Bullying**

A continuación, se recogen las principales características de un total de veinte programas que se han analizado detalladamente, para que esto sirva como base en la futura elaboración de un programa propio, que aúne los rasgos comunes y contrastados de los siguientes programas.

### 3.1.1. Método KiVa

Con su origen en el año 2006, el Método KiVa se caracteriza por unos rasgos muy concretos recogidos en la tabla 1.

*Tabla 1:* Método KiVa

<b>Definición</b>	Se trata de un programa que se llevó a cabo en el año 2006 debido a la solicitud que se realizó por parte del Ministerio de Educación y cultura de Finlandia. La composición del nombre del programa son dos palabras finlandesas que significan “contra el bullying”, y son “Kiusaamista Vastan”. Su principal objetivo es la abolición de los casos de bullying ya existentes, así como la erradicación del bullying en las aulas, evitando que aparezcan nuevos casos. La implementación en Finlandia ha sido notable, ya que el 90% de las escuelas lo han llevado a cabo, mientras que en España apenas se ha utilizado (Andújar y Manzano, 2018)
-------------------	--

<b>Medidas destacar</b>	a En este programa se entiende el bullying como un “fenómeno social”. Consiste en un Programa que considera muy importante la prevención, pero también afrontar diversas situaciones mediante el uso de herramientas. Además, el método KiVa recoge tanto medidas universales como específicas; las medidas universales van dirigidas al grupo, y se usan para prevenir el acoso escolar, mientras que las medidas específicas van más allá, y se utilizan cuando se ha detectado un caso concreto de bullying, es decir, como medio de intervención. “Al final no recordaremos las palabras de nuestros enemigos, sino el silencio de nuestros amigos”. Martin Luther King.
<b>Abalado científicamente</b>	Un aspecto a tener muy en cuenta de este programa es que es uno de los pocos que existen en la actualidad que ha probado su efectividad mediante estudios científicos, y por tanto consta de un amplio respaldo (Granero y Andújar, 2018).

<b>Grupo de edad</b>	En cuanto al grupo de edad al que va dirigido, podemos hacer una distinción entre tres unidades. En primer lugar, se encuentra el Módulo 1, que está destinado para un alumnado comprendido entre edades de 6 y 9 años. En segundo lugar, encontramos el Módulo 2, cuyo rango de edad varía entre los 10 y los 12 años, y, en tercer lugar, se encuentra el Módulo 3, que se centra en edades comprendidas entre los 13 y los 16 años. Los materiales que aporta este programa son muy variados y amplios, y algunos de ellos son el Manual del docente, Guía para padres, chalecos para los guardianes del patio o las encuestas para el personal y los alumnos de KiVa, entre otros.
<b>Tiempo de intervención</b>	Además, el tiempo de implementación de este programa no es de un año, sino que está destinado a establecerse en el centro de manera continuada, de forma que se pueda prevenir de manera más efectiva el Bullying en los centros. Se basa en ser un programa que se centra en ser universal, ya que influye el refuerzo que los participantes reciben por parte de sus compañeros, es focalizado, puesto que se interviene y se erradican los casos se van apareciendo, y también se realiza un seguimiento a nivel escolar.

### 3.1.2 Programa TEI

El programa TEI (Tutoría entre iguales) parte de la escuela inclusiva y no violenta y se detalla en la tabla 2.

*Tabla 2:* Programa TEI

<b>Definición</b>	El programa TEI, cuyas siglas significan Tutoría entre iguales, se basa en dicha metodología, pero de forma más práctica, con aplicación en centros tanto de educación primaria y secundaria. Los principales pilares sobre los que se asienta son la escuela inclusiva y no violenta, relaciones satisfactorias entre iguales e integración escolar. Se inicia en el año 2002, y su aplicación en centros educativos llega al año siguiente, en 2003, tanto en Educación Primaria, Secundaria y Educación Especial. González Bellido, (2015). Los componentes de este programa son dos universidades;
-------------------	--



concretamente la **Universidad de Barcelona** y la Universidad de Santiago de Compostela, ambas con un grupo de trabajo e investigación sobre el TEI. Posteriormente, se ha creado un grupo de evaluación en la Universidad de Alicante.

<b>Agentes implicados</b>	Se trata de una medida preventiva contra el acoso escolar, que implica al conjunto de la comunidad educativa, y que considera a los alumnos como sujetos activos. Para llevarlo a cabo en un centro, es necesaria la aprobación de este por parte del claustro. Las etapas del programa son las que vienen recogidas a continuación.
<b>Tiempo de intervención</b>	La temporalización del programa depende de cada centro educativo, y la duración del mismo en el centro también corresponde a un acuerdo de los miembros de la comunidad educativa y que no viene establecida.



*Figura 2:* Etapas del Programa TEI. Fuente PROGRAMA TEI, Tutoría entre iguales, Andrés González Benito. (2015)

### 3.1.3. Cyberprograma 2.0

El Cyberprograma 2.0 supone una revolución tecnológica, ya que combina nivel presencial y online, y sus rasgos principales se detallan en la tabla 3.

Tabla 3: Cyberprograma 2.0

<b>Definición</b>	Se trata de un programa que se centra en la prevención e intervención en casos escolares de Bullying, tanto a nivel presencial como on-line. Este programa se basa en cuatro grandes pilares; a) identificar el Bullying los roles que están implicados, b) analizar las consecuencias que surgen, c) desarrollo de estrategias de prevención e intervención en diversos casos, y, d) trabajar otros objetivos a nivel transversal como la empatía, escucha activa o estrategias de control de la ira y la impulsividad.
<b>Dinámicas empleadas</b>	Las dinámicas que se emplean van variando y se van ajustando al público al que va dirigido el programa, teniendo en cuenta características concretas de este, así como posibles dificultades u obstáculos. Es fundamental la presencia de un adulto, que será el que dirija el programa, un adulto con formación psicopedagógica, así como una buena estructura y planificación de las diversas sesiones (ver Garaigordobil y Martínez-Valderrey, 2014).
<b>Herramientas</b>	Al igual que hemos visto en los programas anteriores, también se hace uso de cuestionarios de inicio y fin para ver las fortalezas y debilidades, y adaptar el programa a satisfacerlas. En este caso concreto se usa el Cuestionario Acoso y Violencia Escolar (AVE) (Piñuel y Oñate, 2006), compuesto por un total de 50 ítems que hacen referencia a situaciones muy variadas para llevar así un control de lo sucedido en el centro, y el cuestionario Actitudes y Estrategias Cognitivas Sociales (AECS) (Moraleta, Gonzáles y García-Gallo, 2004), que mide las variables conductuales.

### 3.1.4. Programa de Educación Social y Afectiva

El programa de Educación Social y Afectiva parte de la base de las competencias y habilidades sociales, sobre las que va asentando relaciones positivas con el resto del grupo, tal y como se indica en la tabla 4.

*Tabla 4: Programa de Educación Social y Afectiva*

**Definición y destinatarios** El público al que va dirigido es el conjunto del alumnado de Educación Primaria, y les ofrece un conjunto de competencias y habilidades sociales que les permite relacionarse de manera positiva, evitando peleas y confrontaciones.

<b>Módulos</b>	Se divide en tres módulos. El primero se centra en las normas de convivencia, las cuales dependen de cada centro. El segundo módulo trabaja la asertividad y la negociación de manera que dota a los estudiantes de diferentes habilidades para relacionarse con sus iguales de forma satisfactoria, y, por último, el tercer módulo se trata del trabajo cooperativo. Por tanto, podemos afirmar que este programa va desde lo más general, que son las normas a nivel global del centro, seguido de la dotación de herramientas para las relaciones interpersonales, y, una vez se ha logrado llevar a cabo esto, se pasa al trabajo cooperativo. La asertividad tiene un papel protagonista en el desarrollo de este programa.
----------------	---

### 3.1.5. Cómo prevenir la violencia escolar: “La convivencia escolar: qué es y cómo abordarla”

Partiendo de la pregunta, ¿Qué es la violencia escolar y cómo podemos abordarla?, surge el siguiente programa que viene recogido en la tabla 5. Este programa se plantea como medio de prevención, ya que a continuación se planteará el mismo programa como medio de intervención.

*Tabla 5: Cómo prevenir la violencia escolar: “La convivencia escolar: qué es y cómo abordarla”*

**Definición** El pilar sobre el que se asienta es el concepto de unidad de convivencia, y se desarrolla en aquellas personas que participan en el proceso educativo; es decir, alumnos, familia y escuela.

<b>Planos de trabajo</b>	Podemos distinguir dos planos de trabajo: el plano humano, que hace referencia a la convivencia, y el plano de la actividad, que hace referencia al currículo. Además, siguiendo por la pauta
--------------------------	---

	marcada por los programas anteriores, también se divide en tres módulos en los que se trabaja la convivencia, la educación de sentimientos y valores y el trabajo en equipo (Garaigordobil, 2012).
--	--

### 3.1.6. Trabajando con víctimas, agresores y espectadores: “La convivencia escolar: qué es y cómo abordarla”

Las conductas dañinas y violentas deben ser erradicadas de inmediato para el buen clima del centro y del grupo-clase. Tal y como se detalla en el punto anterior, este programa tiene la misma base que el punto anterior, pero, sin embargo, surge como medio de intervención, y viene detallado en la tabla 6

*Tabla 6:* Trabajando con víctimas, agresores y espectadores: “La convivencia escolar: qué es y cómo abordarla”

**Definición y objetivo** El principal objetivo que se plantea es acabar con las conductas dañinas y perjudiciales que se dan entre los participantes en los casos de Bullying; agresor, víctima y espectadores.

<b>Formas de intervención</b>	Siguiendo con la pauta de dividir el programa en tres, se establecen tres formas de intervención; llevar a cabo un reparto equitativo y justo de las responsabilidades dentro del entorno escolar, trabajar la asertividad como medio de evitar confrontaciones o situaciones de riesgo, y por último, trabajar los sentimientos mediante la empatía y el respeto.
-------------------------------	--

### 3.1.7. Convivir es vivir

No hay mejor slogan para llevar a cabo una campaña de prevención, ya que una buena convivencia garantiza una buena calidad de vida, y por tanto, en este programa recogido en la tabla 7, se concretan los aspectos más destacables para conseguir una implantación satisfactoria.

Tabla 7: Convivir es vivir

**Definición** Se trata de un programa que se ha llevado a cabo en la Comunidad de Madrid. La duración del mismo es de dos cursos, y los destinatarios o participantes de dicho programa, tal y como se ha ido mencionando previamente, son los miembros de la comunidad educativa; alumnos, familia y escuela.

<b>Objetivo</b>	El principal objetivo que se persigue con la implementación de este programa es la mejora de la calidad de las relaciones entre los diferentes miembros de la comunidad educativa, apostando por valores de convivencia y respeto mutuo. Estas relaciones positivas se trabajan y se refuerzan mediante una serie de actividades extraescolares tales como fiestas o excursiones, con la implicación de profesores, padres y alumnos.
-----------------	---

### 3.1.8. Mediación de conflictos

Teniendo en cuenta que la mediación es esencial en situaciones de bullying y cyberbullying, este programa concretado en la tabla 8 pretende una formación de mediadores aptos para llevar a cabo intervenciones que garanticen la mejora de la calidad de las relaciones personales.

Tabla 8: Mediación de conflictos

**Definición** El eje central de este programa es un equipo de mediadores de conflictos, aceptados y elegidos por la comunidad educativa, con una serie de responsabilidades y funciones. Para ser miembros de este equipo requieren un entrenamiento y preparación previa, y el único requisito indispensable es la no participación de estos en el conflicto. Actúan como mediadores a los que acuden las partes implicadas de manera voluntaria.

### 3.1.9. Prevención de la violencia y lucha contra la exclusión

Tal y como se indica en apartados anteriores, la prevención es una herramienta clave, ya que, si conseguimos que un programa sea preventivo de casos de bullying, no tendrá que ser de intervención porque estos no se llevarán a cabo. Recogido en la tabla 9.

*Tabla 9: Prevención de la violencia y lucha contra la exclusión*

**Definición** Se trata de un programa cuyo momento de implementación es la adolescencia, por lo tanto, se puede llevar a cabo en el último curso de primaria como fase previa. Este va más allá, ya que se desarrolla tanto en el ámbito escolar como en el ocio. Consiste en una serie de materiales y actividades para realizar con el alumnado, y también con la participación de la familia.

---

### **3.1.10. Discusión, psicodrama y role-playing**

La puesta en práctica de determinados aspectos hace que el alumnado adquiera una mayor concienciación y sensibilización con la realidad que le rodea, tal y como se expone en la tabla 10.

*Tabla 10: Discusión, psicodrama y role-playing*

**Definición** Consiste en una puesta en práctica muy interesante ya que se dramatizan situaciones de bullying para hacer ver cómo se puede llegar a sentir una persona cuando se ve sometida a ciertas situaciones de riesgo. Parte esencial de este programa tienen las emociones, así como saber identificarlas, trabajarlas y controlarlas.

---

### **3.1.11. Programa de sensibilización contra el maltrato entre iguales**

Tres objetivos a trabajar para conseguir que el alumnado adquiera un mayor grado de sensibilización en situaciones de riesgo, que se explican a continuación en la tabla 11.

*Tabla 11: Programa de sensibilización contra el maltrato entre iguales*

**Definición** Siguiendo con el patrón establecido en algunos de los anteriores programas previamente nombrados, se trabajan tres objetivos; en primer lugar, el objetivo principal es informar de qué es el bullying, las diferentes situaciones, perfiles etc. En segundo lugar, se va más allá, ya que, una vez se ha dotado al alumnado de la información pertinente, se trata de concienciar y desarrollar actitudes y acciones para la prevención e intervención. En tercer lugar, una vez se ha concienciado a la comunidad

---

educativa, se propone el establecimiento de una serie de políticas anti-bullying y anti violencia en el centro, las cuales incluyen orientaciones útiles para las familias, el centro y el propio alumnado.

---

### 3.1.12. Intervención a través del test BULLS-S

Rompiendo con los esquemas establecidos hasta el momento y tal y como se explica a continuación en la tabla 12, se plantean cuatro niveles de intervención que van de lo más general a lo más concreto para garantizar su implantación efectiva.

*Tabla 12:* Intervención a través del test BULLS-S

<b>Definición</b>	Este programa rompe con la dinámica seguida hasta ahora por los
<b>y niveles</b>	programas anteriores, ya que pasa de tres a cuatro niveles. El primero de
<b>con los</b>	ellos se trata del nivel Institucional, con la consiguiente mejora del nivel
<b>que</b>	educativo. El segundo nivel se concreta de forma más específica, en el
<b>trabaja</b>	grupo-aula, desarrollando actitudes que ayuden a la prevención y
	detección de violencia dentro del aula, y rompiendo así la Ley del silencio.
	En tercer lugar, se encuentran los alumnos en riesgo, para los cuales se
	elabora de manera específica un programa que aborde su caso. Por último,
	el cuarto nivel se trata de un programa de trabajo conjunto para el conjunto
	de alumnado que se encuentre implicado, desarrollando una serie de
	estrategias de mejora. Resulta esencial, tanto para este programa como
	para el resto el apoyo y respaldo de la familia y de la escuela, y la
	colaboración entre ambas para conseguir resultados eficientes
	(Garaigordobil 2012).

---

### 3.1.13. Bullying: Aulas libres de acoso

Las herramientas que se usan en este programa, detalladas en la tabla 13 serán de gran utilidad ya que sirven de modo práctico como base de una buena prevención.

*Tabla 13:* Bullying: Aulas libres de acoso

<b>Definición</b>	Se trata de un conjunto de materiales tales como fichas, una amplia batería
	de consejos y actividades, guías etc., que se emplean para prevenir

---

conductas de Bullying en las aulas. Este tipo de materiales sirven de apoyo para el profesorado, así como una guía para los padres.

---

#### 3.1.14. CONVES. Programa para mejorar la convivencia escolar

Parte de un total de 18 actividades distribuidas por niveles, lo cual se indica en la tabla 14.

*Tabla 14:* CONVES: Programa para mejorar la convivencia escolar

**Definición** Consta de un total de 18 actividades enfocadas para el alumnado de primaria, y de un total de 14 para secundaria. Todas ellas tienen como principal bjetivo la prevención y detección de casos de Bullying y a mejora de la convivencia.

---

#### 3.1.15. Programas JUEGO: 4-6, 6-8, 8-10 y 10-12 años

Las edades como punto de partida son un medio que permite una división en cuanto a objetivos y adaptación de los programas en cuestión, de ahí la importancia de tener en cuenta dicho programa recogido en la tabla 15.

*Tabla 15:* Programas JUEGO: 4-6, 6-8, 8-10 y 10-12 años

**Definición** Se trata de un programa segmentado por edades, con un objetivo común que consiste en la intervención preventiva del Bullying y la violencia escolar. Se trata de una herramienta metodológica que trabaja las dinámicas de grupos y el desarrollo socio-emocional.

<b>Abalado científicamente</b>	Abalado científicamente, mejora las relaciones personales y la cooperación, las conductas prosociales, la empatía, fortalece la personalidad y el autoconcepto, y la expresión y comprensión de las emociones. Garaigordobil, (2012).
--------------------------------	---

#### 3.1.16. Kit teatral Postdata

El teatro y la puesta en práctica tienen múltiples beneficios, tal y como se indica en la tabla 16 para el alumnado como medio de concienciación y prevención en casos de bullying.



*Tabla 16: Kit teatral Posdata*

**Definición** Este programa consiste en un kit teatral de prevención. Se trata de la representación de una obra de teatro inspirada en situaciones de Bullying, y para la cual este programa incluye todos los materiales necesarios, así como una guía didáctica.

---

### 3.1.17. Bully Dance

La combinación de diferentes elementos es beneficiosa para el alumnado ya que estos despiertan su interés. El uso en este caso de un cortometraje, explicado en la tabla 17, mejora la capacidad de sensibilización ante diversas situaciones de riesgo, comprendiendo de este modo las consecuencias de determinados comportamientos.

*Tabla 17: Bully Dance*

**Definición** Consiste en un cortometraje de dibujos que ha sido producido por UNICEF y *National Film Board of Canada*, con una duración total de 10 minutos en el que se recogen una serie de conductas de violencia entre iguales y maltrato. Se pretende concienciar de las consecuencias que tienen este tipo de conductas y para ello se evita el uso de palabras, por lo que mediante acciones el mensaje se transmite de manera efectiva al espectador. Una vez visualizado el cortometraje, se pretende que se lleve a cabo una discusión en el grupo-clase.

---

### 3.1.18. Programa de Prevención del Bullying (BPP. Olweus, Limber, Flerx, Mullin, Riese, y Snyder, 2007)

La coordinación de todos los elementos que participan en el sistema educativo es esencial para conseguir un buen desarrollo a nivel integral en el alumnado. Trabajar conjuntamente, detallado en la tabla 18, hace que las situaciones de riesgo disminuyan y se mejore la prevención e intervención.

*Tabla 18: Programa de Prevención (BPP. Olweus, Limber, Flerx, Mullin, Riese, y Snyder, 2007)*

**Definición** Se trata de un programa que engloba a todos los elementos del proceso educativo, ya que participa en él todo el centro creando equipos de coordinación, elaborando cuestionarios o estableciendo una serie de normas. Además, se lleva a cabo una intervención dentro del grupo-clase (reuniones para tratar ciertos temas que implican a toda la clase o a un gran número del alumnado de la misma), así como intervenciones en casos concretos a nivel particular (en las que también pueden participar los padres de los implicados).

<b>Destinatarios</b>	Estos engloban a toda la comunidad y que se centran en difundir mensajes anti-acoso, creación de asociaciones... Los destinatarios de este programa es Educación Primaria y el primer ciclo de Educación Secundaria.
<b>Abalado científicamente</b>	Es un programa estudiado y validado científicamente a nivel internacional. (Garaigordobil, 2012)

### 3.1.19. El juego sobre el acoso escolar

El uso de juegos para la concienciación de este tipo de situaciones, tabla 19, hace que el alumnado participe de un modo más activo y con una mayor implicación, de manera que permite una intervención más precisa y de una calidad mayor, ya que la atención y el interés por este tipo de herramientas son mayores.

*Tabla 19:* El juego sobre el acoso escolar

**Definición** Este programa está basado en un juego destinado a un público a partir de ocho años, y consiste en una intervención de actitudes y comportamientos de tres grupos; acosadores, víctimas y espectadores, con el principal propósito de obtener una serie de aprendizajes y reflexiones sobre las distintas consecuencias que pueden tener determinados comportamientos en la vida de las personas.

### 3.1.20. Programa de Educación Emocional y Prevención de la violencia

Entendiendo la Educación Emocional como un punto de partida primordial para la prevención y erradicación de este tipo de casos, en la tabla 20 podemos encontrar los programas que la usan, y el modo de hacerlo.

*Tabla 20:* Programa de Educación Emocional y Prevención de la violencia

**Definición** La Educación Emocional es el pilar básico sobre el que se desarrolla este programa, ya que se usa como herramienta para mejorar la convivencia en el centro y en el aula. Contiene tres programas interesantes; dos de ellos van dirigidos íntegramente a la ESO, por lo que quedan fuera de la primaria que es lo que nos concierne en este trabajo, pero, el tercer programa; Aplicaciones educativas de la psicología positiva supone un gran abanico de recursos, y este sí que va destinado a primaria, con conceptos sobre los que trabajar tales como resolución de problemas, asertividad, cooperación o creatividad.

---

### **3.2. Aspectos comunes de los Programas destinados a la prevención e intervención en casos de Bullying**

Teniendo en cuenta la cantidad de programas y propuestas que se han planteado en el apartado anterior, y con el fin de realizar un Programa de intervención y prevención de creación propia, a continuación, se exponen los puntos en común de todos estos programas, que servirán como punto de partida, así como de respaldo a la hora de llevar a cabo mi propia propuesta.

En primer lugar, hemos podido comprobar que, en la gran mayoría de programas, la duración del mismo en el centro era indefinida, otorgándole gran importancia en esta decisión al propio centro, así como, teniendo en cuenta las características del grupo-clase al que va destinado, tratando de adaptar el programa para que este sea más eficaz y llegue a conseguir los objetivos de manera más satisfactoria. El método que se emplea para conocer la situación de los estudiantes es el uso de encuestas, cuya composición varía en función del programa, pero sí que todas ellas comparten el contenido básico de las mismas, y este es un conjunto de ítems muy variados en los que se preguntan por situaciones vividas y la manera de actuar ante ellas.

Los programas están fragmentados en franjas de edades, bien sea teniendo en cuenta por un lado la Educación Primaria y por otro la Educación Secundaria, pero, cuando el programa se centra exclusivamente en Educación Primaria, encontramos, a su vez, una división de este en tres módulos, de manera que las herramientas, estrategias y actividades diseñadas para cada uno de ellos va variando.

La Educación Emocional y la asertividad ocupan un rol central en este tipo de programas, ya que ambas se mencionan como elementos mediante los cuales se consiguen solventar e incluso erradicar conductas de violencia entre iguales en el ámbito escolar. El control de las emociones, el reconocimiento de estas, así como desarrollar la empatía y la asertividad constituyen un modo de actuar, libre de conflictos y violencia entre el alumnado.

En cuanto a la participación, en todos los programas viene recogida la importancia de una buena coordinación entre todos los miembros de la comunidad educativa; familia,

escuela y alumnado, ya que es necesario que estos elementos trabajen a la par para conseguir que estas conductas de violencia no se lleven a cabo, así como para detectar posibles problemas que puedan ir surgiendo.

El establecimiento de unas normas de conducta en el centro, abogando por la no violencia y la tolerancia resulta otro aspecto en común de todos los programas mencionados. Además, todos ellos parten de aspectos generales, y se van concretando, a nivel de centro y comunidad educativa, de grupo-clase, hasta llegar a cada persona y tratar los casos de manera particular.

En conclusión, tras realizar un trabajo de investigación entre los principales Programas de Bullying que se encuentran vigentes en la actualidad he llegado a la conclusión de que todos ellos tienen aspectos interesantes que se pueden aplicar, y que se complementan, ya que todos ellos desarrollan actividades que resultan de interés para llevar a cabo en un centro educativo. Por lo tanto, a continuación, se recoge una propuesta a nivel personal de un Programa de prevención e intervención para Educación Primaria, concretamente para el alumnado con edades comprendidas entre los once y los doce años, y que está basado en los aspectos comunes de los programas planteados, para tener así un marco de referencia sobre el cual basar mi proyecto.

#### **4-. Bloque III: Creación de un Programa de intervención y prevención en casos de bullying en Educación Primaria**

##### **4.1. Introducción y temporalización**

A continuación, se recoge una propuesta personal de un Programa para la intervención y prevención de casos de bullying en Educación Primaria. Está respaldado y sujeto de acuerdo al conjunto de programas ya existentes, tras hacer un análisis de aquellos aspectos comunes a todos ellos.

La descripción y la planificación temporal del programa se recoge en la tabla 21, llevando a cabo un análisis detallado de cada una de sus partes.

*Tabla 21:* Diseño de un Programa destinado a la prevención e intervención en casos de bullying en Educación Primaria.

<b>Nombre del programa</b>	<b>Descripción</b>
Exploradores en acción: en busca de valientes.	<p>Se trata de un programa dirigido a los alumnos de sexto de Educación Primaria. Teniendo en cuenta que el momento de mayor prevalencia se encuentra entre los 11 y los 14 años, (Garaigordobil, 2012), es una de las principales razones por las que se ha centrado el programa en este curso. Además, se ha detectado que es la mejor edad para llevarlo a cabo, siendo esta edad un momento de pre adolescencia y de cambio en los alumnos, y con ello la importancia de este momento (Crespo y Moya, 2006).</p> <p>El programa consta de un total de diez sesiones, repartidas a lo largo de todo el año lectivo. Concretamente, se destinará el primer martes de cada mes, una hora en cada sesión (en caso de que dicho martes sea festivo, esta sesión se trasladará al martes siguiente). Hay que tener en cuenta este Programa a la hora de elaborar el horario del centro, y encajar estas sesiones de manera que sea viable y compatible con el resto de disciplinas.</p> <p>Se busca conocer y controlar las emociones como base para prevenir el bullying. La base para comprender cómo se sienten los demás comienza en comprender primero cómo me siento yo, para así poder identificar las emociones que los demás tienen.</p> <p>Al igual que los programas ya existentes de prevención e intervención de casos de bullying, se trata de un Programa dividido en tres módulos, que va desde el trabajo personal y autónomo, que se denomina “Conócete”, el segundo módulo en el que vamos un paso más allá trabajando con el grupo clase, “Juntos sumamos”, y por último, el módulo en el que enmarcamos las</p>

normas escolares y aspectos relacionados con el entorno del centro, “El mundo en nuestras manos”. Se trata de que, con el conjunto de actividades que se plantean, se desarrollen aspectos de estos tres módulos, y que por tanto sea una educación integral, que parte de lo más concreto, que soy yo como persona, y llega hasta lo más general, que soy yo como parte de una sociedad.

Este programa tiene un eje central, que consiste en conseguir una serie de insignias. Los alumnos son exploradores, que están buscando valientes en las aulas. Para ello, he elaborado una serie de insignias que irán consiguiendo a lo largo del proyecto, es decir, a lo largo de todo el año. La duración de este proyecto es de todo el curso escolar, con opción de ampliarlo en el caso de que este sea efectivo. Tal y como se ha comprobado, los Programas que son de una duración prolongada o indeterminada tienen un mayor éxito en el centro con los alumnos y los posibles casos de bullying. Garaigordobil, (2012). Este eje central será lo que una todas las actividades del programa. Independientemente de las actividades, los alumnos irán consiguiendo una serie de insignias, recogidas en el Anexo 1, las cuales les serán entregadas por sus compañeros/as, y hay que tener en cuenta que cada compañero/a solo puede dar una insignia a otro/a, para fomentar así las relaciones personales con toda la clase, y no sólo con aquellos con los que se tiene mayor grado de afinidad. Consta de un total de ocho insignias, cada una con una temática diferente, pero todas relacionadas con el bullying y la educación emocional. Estas han sido diseñadas teniendo en cuenta las necesidades básicas de los alumnos en clase, así como partiendo del Decálogo de Bienestar Emocional de la Universidad de La Rioja (2019).

Cada vez que un alumno/a le quiera entregar una insignia a otro/a, este deberá inscribir en un libro de registro que estará ubicado en una zona del aula que hayan decidido todos los miembros de esta

por consenso, junto con las insignias. En este libro de registro, el alumno/a que quiera entregar la insignia a otro compañero/a, deberá anotar por qué, y qué insignia le va a entregar. El profesor/a también participará en este Programa, y por tanto podrá entregar insignias al alumnado, y, por tanto, recibirlas.

### **Planificación temporal**

Se trata de un Programa que tiene una duración de un año académico, con posibilidad de continuidad de haber sido eficiente en los cursos posteriores. Cada primer martes del mes, los alumnos llevarán a cabo una sesión de dicho Programa, de manera que en el horario del centro se reserve para dicho martes los sesenta minutos pertinentes para llevarla a cabo. Dará comienzo por tanto el primer martes del mes de septiembre, dejando claro así el funcionamiento del programa desde el primer momento.

No obstante, hay dos actividades que se plantean de forma ininterrumpida, y estas son la actividad 1: Exploradores en acción, en busca de valientes, y la actividad 2: Cajita de los piropos, ya que los alumnos las deben llevar a cabo de forma continua todos los días, y no hay que esperar a cada martes del mes para conseguir insignias o introducir piropos en las cajitas de los compañeros. De ahí radica la importancia de la coordinación del centro, a nivel de profesorado, como de grupo-clase, y también trasladar esta importancia a los padres, ya que la concienciación y el trabajo cooperativo entre todos los miembros de la comunidad educativa es el único modo de poder llevar a cabo este Programa.



## 4.2. Actividades y recursos organizados por sesiones

El programa cuenta con un total de 10 sesiones. En la primera sesión, explicada en la tabla 22, podemos encontrar un total de 3 actividades que se desarrollarán de manera íntegra en un tiempo de 60 minutos. La segunda sesión está compuesta por un total de 3 actividades, recogidas en la tabla 23, mientras que la tercera sesión, tabla 24, reduce su número a un total de 2. La cuarta sesión y la quinta comparten actividades, ya que tienen un hilo en común que es el Proyecto Fénix, tabla 25, el cual se trabajará en un total de 120 minutos, y por tanto ocupará como se indica un total de dos sesiones. La sesión número seis se llevará a cabo en una sesión, pero esta está compuesta por una sola actividad, tal y como sucede con la séptima sesión, las cuales vienen recogidas en las tablas 26 y 27 respectivamente. Por último, las sesiones 8, 9 y 10 consistirán en la preparación de un lipdub, por lo que se destinará un total de 180 minutos para ello, tal y como se recoge en la tabla 28, siendo este el cierre del programa.

Tabla 22: Explicación de las actividades que componen el Programa y los recursos empleados en ellas en la primera sesión

Nombre de la actividad	Explicación de la actividad	Recursos empleados
<b>Actividad 1:</b> <b>Exploradores en acción: En busca de valientes</b>	Se trata de la explicación inicial a los alumnos del proyecto. En qué consiste, qué tienen que hacer para conseguir las insignias, cuánto tiempo dura, quién les puede dar las insignias. En definitiva, establecer las normas principales del Programa que se va a llevar a cabo. Anexo 1	<u>Recursos materiales:</u> Los recursos materiales que se van a emplear son un conjunto de chapas y una banda de tela marrón en la que irán colocadas estas chapas a modo de insignia. Además, también habrá un libro a modo de registro, en el que se apuntará quién recibe la insignia, de parte de quién y por qué.

	<p>El tiempo que hay programado es un año, pero hay opción de ampliación, adaptando el nivel de las actividades al curso siguiente. Además, resultaría provechoso para los alumnos, ya que ya están participando en el Programa y no se tienen que adaptar de nuevo a su funcionamiento.</p> <p>La revisión de las insignias se hará al finalizar cada sesión, en los últimos 5 minutos de la clase.</p>	<p><u>Recursos humanos:</u> Los recursos humanos que se van a emplear son el alumnado y el profesor. La implicación de las familias y del centro son clave.</p> <p><u>Recursos espaciales:</u> Esta actividad va a tener lugar en lo múltiples espacios escolares, ya que, aunque las insignias estén en el aula, las acciones para conseguirlas pueden darse en cualquier lugar del centro.</p> <p><u>Recursos temporales:</u> El tiempo de explicación de esta actividad es de 20 minutos, pero su duración es de todo el curso escolar.</p>
<b>Actividad 2: Cajita de los piropos</b>	<p>Esta actividad consiste en que cada alumno traiga una cajita, decorada de manera personal, para dejarla en el aula, en una parte de ella en la que estarán recogidas todas las cajas del alumnado. De este modo, todos los martes los alumnos revisarán sus cajas, en las que habrá papeles con piropos. Todos los alumnos/as le pueden escribir piropos a cualquier compañero/o, tantas veces como se desee. Anexo 2</p>	<p><u>Recursos materiales:</u> Los recursos materiales que se van a emplear son cajas pequeñas decoradas, papel y bolígrafo para escribir los piropos.</p> <p><u>Recursos humanos:</u> Los recursos humanos que se van a emplear son el alumnado y el profesor. La implicación de las familias y del centro son clave.</p> <p><u>Recursos espaciales:</u> Esta actividad se va a desarrollar dentro del aula.</p>

		<u>Recursos temporales:</u> El tiempo de explicación de esta actividad es de 10 minutos, pero su duración es de todo el curso escolar.
<b>Actividad 3: Almas gemelas</b>	Se trata de rellenar un cuestionario que será facilitado por el profesor, en el que vienen recogidos de manera global, un total de diez preguntas sobre gustos y preferencias, de gran variedad. El alumnado debe rodear, de manera personal, cuatro aspectos de los anteriores. Una vez finalizado, deberán buscar, interactuando con sus compañeros, a su alma gemela; es decir, a aquella persona con más aspectos en común. Anexo 3	<u>Recursos materiales:</u> Los recursos materiales son los cuestionarios, folios y bolígrafos. <u>Recursos humanos:</u> Los recursos humanos que se van a emplear son el alumnado y el profesor. La implicación de las familias y del centro son clave. <u>Recursos espaciales:</u> Esta actividad se va a desarrollar dentro del aula. <u>Recursos temporales:</u> El tiempo de explicación de esta actividad es de 30 minutos.

Tabla 23: Explicación de las actividades que componen el Programa y los recursos empleados en ellas en la segunda sesión

Nombre de la actividad	Explicación de la actividad	Recursos empleados
<b>Actividad 4: Hablo y me posiciono</b>	Para esta actividad, el alumnado estará de pie, a lo largo de toda el aula. El docente será el encargado de leer una serie de mitos sobre bullying y cyberbullying, estos deberán colocarse a un lado u otro de la clase, en función	<u>Recursos materiales:</u> Los recursos materiales que se van a emplear son dos carteles, uno en el que pondrá “Sí” y otro en el que pondrá “No”, que estarán uno a cada lado del aula.

	de si su respuesta es positiva y negativa, la cual deberán argumentar en voz alta. Anexo 4	<u>Recursos humanos:</u> Los recursos humanos que se van a emplear son el alumnado y el profesor. La implicación de las familias y del centro son clave. <u>Recursos espaciales:</u> Esta actividad se va a desarrollar dentro del aula. <u>Recursos temporales:</u> El tiempo destinado a esta actividad es de 15 minutos.
<b>Actividad 5: Cuestionario de bullying y cyberbullying</b>	Se trata de un conjunto de cuestionarios que serán elaborados por parte del docente, y que se entregarán de manera individual a cada alumno/a, con el fin de ver si ha comprendido lo trabajado en el ejercicio anterior. Anexo 5	<u>Recursos materiales:</u> Los recursos materiales que se van a emplear son los cuestionarios y bolígrafos para rellenarlos. <u>Recursos humanos:</u> Los recursos humanos que se van a emplear son el alumnado y el profesor. La implicación de las familias y del centro son clave. <u>Recursos espaciales:</u> Esta actividad se va a desarrollar dentro del aula. <u>Recursos temporales:</u> El tiempo destinado a esta actividad es de 15 minutos.
<b>Actividad 6: El mundo en tus manos</b>	Esta actividad consiste en un cuento-mano; es decir, cada alumno dibujará la silueta de su mano en un folio. A continuación, deberá rellenarla con vivencias, historias o sucesos que le hayan pasado en la vida real, en los que haya podido observar la presencia de bullying o	<u>Recursos materiales:</u> Los recursos materiales que se van a emplear son cartulinas de colores, pinturas, rotuladores y bolígrafos. <u>Recursos humanos:</u> Los recursos humanos que se van a emplear son el alumnado y el profesor. La implicación de las familias y del centro son clave. <u>Recursos espaciales:</u> Esta actividad se va a desarrollar dentro del aula.

	<p>acciones de violencia. Una vez hechas las actividades anteriores, al alumnado le será más sencillo identificar este tipo de episodios. En el caso de que no conozcan ninguna situación, podrán inventarla. Anexo 6</p> <p>Una vez elaborada, deberán explicarla en voz alta a su clase y posteriormente, llevar estas manos a otros cursos a modo de exposición junto con una explicación, como forma de trabajo interciclos y como forma de concienciación para otros cursos.</p>	<p><u>Recursos temporales:</u> El tiempo destinado a esta actividad es de 30 minutos.</p>
--	---	---

Tabla 24: Explicación de las actividades que componen el Programa y los recursos empleados en ellas en la tercera sesión

Nombre de la actividad	Explicación de la actividad	Recursos empleados
<b>Actividad 7: En tus zapatos</b>	Se colocarán los nombres del alumnado en un saco. Cada uno sacará el nombre de un compañero de manera aleatoria y se relacionarán	<u>Recursos materiales:</u> Los recursos materiales que se van a emplear son papeles con los nombres de los alumnos.

	como si fuera la persona del papel, con su grupo de amigos habitual. Una vez hayan transcurrido los primeros minutos se planteará la siguiente pregunta: ¿Qué pasa con aquellos alumnos/as que se han quedado solos? ¿Cómo se han sentido?	<u>Recursos humanos:</u> Los recursos humanos que se van a emplear son el alumnado y el profesor. La implicación de las familias y del centro son clave. <u>Recursos espaciales:</u> Esta actividad se va a desarrollar dentro del aula. <u>Recursos temporales:</u> El tiempo destinado a esta actividad es de 30 minutos.
<b>Actividad Amigo-guía</b>	<b>8:</b> Se pretende trabajar la confianza. Para ello se colocarán a los alumnos por parejas, tratando de emparejar a aquellos que normalmente no se relacionan, para mejorar así las relaciones en el aula. La actividad consiste en preparar un circuito con mesas y sillas dentro del aula, en el que un miembro de la pareja irá con los ojos vendados, y el otro irá dándole instrucciones para seguir el circuito.	<u>Recursos materiales:</u> Los recursos materiales que se van a emplear son pañuelos para tapar los ojos. <u>Recursos humanos:</u> Los recursos humanos que se van a emplear son el alumnado y el profesor. La implicación de las familias y del centro son clave. <u>Recursos espaciales:</u> Esta actividad se va a desarrollar dentro del aula. <u>Recursos temporales:</u> El tiempo destinado a esta actividad es de 25 minutos.

Tabla 25: Explicación de las actividades que componen el Programa y los recursos empleados en ellas en la cuarta y quinta sesión

Nombre de la actividad	Explicación de la actividad	Recursos empleados
<b>Actividad 9:</b> <b>Proyecto Fénix</b>	<p>Debido a la importancia que tiene este Proyecto y a su interés, se van a destinar dos sesiones completas a trabajarlo. Consiste en un libro, titulado Nadie se ríe de nadie, en el que vienen recogidos un sinfín de materiales y herramientas, tanto para la familia, la escuela, el profesorado o los alumnos, para hacer frente a situaciones de bullying y cyberbullying de manera efectiva.</p> <p>En la cuarta sesión se visualizarán una serie de posters con diferentes eslóganes de concienciación. A continuación, dispuestos en grupos de 3, deberán elaborar un póster que sirva de concienciación y prevención para situarlo en el centro.</p> <p>En la quinta sesión los alumnos visualizarán y trabajarán con la Escalera Stop Bullying, en ella vienen recogidos una serie de principios relacionados entre sí que les servirán de inspiración a los alumnos/as, para, en grupos de 4-5 personas elaborar su propia escalera, utilizando como referencia la que viene recogida en el libro de este Proyecto. Estas escaleras serán diseñadas por ordenador, con el objetivo de trabajar las TIC dentro del aula. Anexo 7</p>	<p><u>Recursos materiales:</u> Los recursos materiales que se van a emplear son cartulinas, pinturas, rotuladores, bolígrafos, Tablets u ordenadores, posters del Proyecto Fénix y la escalera Stop Bullying del mismo.</p> <p><u>Recursos humanos:</u> Los recursos humanos que se van a emplear son el alumnado y el profesor. La implicación de las familias y del centro son clave.</p> <p><u>Recursos espaciales:</u> Esta actividad se va a desarrollar dentro del aula.</p> <p><u>Recursos temporales:</u> El tiempo destinado es de dos sesiones de 60 minutos cada una.</p>

Tabla 26: Explicación de las actividades que componen el Programa y los recursos empleados en ellas en la sexta sesión

Nombre de la actividad	Explicación de la actividad	Recursos empleados
<b>Actividad 10:</b> <b>Ruleta anti-bullying</b>	<p>Consiste en recoger, de manera colectiva, en papel continuo, aspectos o elementos que cada uno relaciones personalmente con el Bullying, Cyberbullying o situaciones de violencia entre iguales. El modo de trabajar será conjunto, es decir, el papel continuo estará dispuesto por toda el aula, de manera que los alumnos podrán ir escribiendo en él. Habrá dos partes en este mural; en primer lugar, un círculo, en el que se insertarán los aspectos negativos, y en la parte exterior del círculo se colocará aspectos positivos o para dar solución a este conjunto de situaciones. Anexo 8</p> <p>Una vez finalizado el mural, los alumnos irán al aula de quinto de primaria (en el caso de haber dos líneas, estos se agruparán en una) y llevarán a cabo una explicación del mural, seguido de un debate de por qué consideran ellos acciones negativas y positivas, y podrán participar con nuevas ideas al mural, de manera que se fomente el trabajo interciclos.</p>	<p><u>Recursos materiales:</u> Los recursos materiales que se van a emplear son papel continuo, pinturas, rotuladores y bolígrafos.</p> <p><u>Recursos humanos:</u> Los recursos humanos que se van a emplear son el alumnado y el profesor. La implicación de las familias y del centro son clave.</p> <p><u>Recursos espaciales:</u> Esta actividad se va a desarrollar dentro del aula. Una vez finalizada, los alumnos irán al aula de quinto de primaria.</p> <p><u>Recursos temporales:</u> El tiempo destinado es de una sesión, es decir, 60 minutos.</p>



Tabla 27: Explicación de las actividades que componen el Programa y los recursos empleados en ellas en la séptima sesión

Nombre de la actividad	Explicación de la actividad	Recursos empleados
<b>Actividad 11: Exploradores en acción</b>	Los alumnos/as de sexto de primaria son los encargados del centro de transmitir la importancia de la prevención y la intervención de situaciones del bullying. Para ello, por grupos de 5, deberán ir a cada curso, desde primero de primaria hasta quinto, y harán una breve exposición de todo lo que han trabajado en las sesiones anteriores. El objetivo es que, de manera adaptada a cada curso, conciencien a los alumnos de la importancia de tratar bien a los demás, o de las consecuencias que puede tener en los otros nuestras acciones.	<p><u>Recursos materiales:</u> Los recursos materiales que se van a emplear son los elaborados en las sesiones anteriores por el curso de sexto de primaria.</p> <p><u>Recursos humanos:</u> Los recursos humanos que se van a emplear son el alumnado y el profesor. La implicación de las familias y del centro son clave.</p> <p><u>Recursos espaciales:</u> Esta actividad se va a desarrollar en las distintas aulas del centro.</p> <p><u>Recursos temporales:</u> El tiempo destinado es de una sesión de 60 minutos.</p>

Tabla 28: Explicación de las actividades que componen el Programa y los recursos empleados en ellas en la octava, novena y décima sesión

Nombre de la actividad	Explicación de la actividad	Recursos empleados
<b>Actividad 12:</b> <b>Preparación de un lipdub</b>	<p>Este consiste en utilizar una canción, la cual puede ser original o modificar la letra (Anexo 9) para preparar un vídeo musical en el que la cámara va avanzando por el centro en este caso, y se realiza en una misma toma. El alumnado va haciendo Playback mientras va sonando la música. En este caso, previamente a grabar el lipdub, el alumnado será grabado en audio cantando la canción que se ha compuesto para este caso, titulada “No te calles más”, audio de la canción Madre Tierra, de Chayanne, y letra modificada por Marta Jiménez Ortega.</p> <p>Para esta actividad, la cual globaliza todo lo trabajado hasta ahora se destinará un total de tres sesiones, dos de ellas a ensayas y la última para grabar el lipdub.</p>	<p><u>Recursos materiales:</u> Los recursos materiales que se van a emplear un reproductor de música y una cámara de vídeo.</p> <p><u>Recursos humanos:</u> Los recursos humanos que se van a emplear son el alumnado y el profesor. La implicación de las familias y del centro son clave.</p> <p><u>Recursos espaciales:</u> Esta actividad se va a desarrollar en todo el recinto escolar.</p> <p><u>Recursos temporales:</u> El tiempo destinado es de tres sesiones de 60 minutos cada una.</p>

#### 4.3. Contenidos, objetivos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y competencias clave

A continuación, se recogen los contenidos, objetivos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y competencias clave de cada una de las actividades que componen el programa. Estos quedan agrupados en tablas de la siguiente manera; en la tabla 29 vienen recogida la información que pertenece a la primera sesión. En la tabla 30 se recoge aquella que pertenece a la segunda sesión, mientras que en la tabla 31 viene detallada la información que concierne a la tercera sesión. Las sesiones cuarta y quinta, como van agrupadas, vienen en la misma tabla, es decir, la tabla 32. Por otro lado, las sesiones sexta y séptima tienen su información concretada en las tablas 33 y 34 respectivamente. Por último, las sesiones octava, novena y décima vienen agrupadas en la tabla 35.

*Tabla 29:* Tabla de contenidos, objetivos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y competencias clave de la primera sesión

Actividades	Contenidos	Objetivos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Competencias clave
<b>Actividad 1:</b> <b>Exploradores en acción: en busca de valientes</b>	-Comprensión de las normas de convivencia del centro. -Fomento de las conductas positivas tanto a nivel individual como a nivel grupo-clase	-Comprender las normas de convivencia y ser capaz de aplicarlas en diversas situaciones -Fomentar conductas positivas tanto a nivel individual como a nivel grupo-clase -Adquirir e interiorizar diversas estrategias de relaciones sociales:	1. Expresarse de forma oral como medio de resolución de conflictos 2. Reconocer las situaciones negativas dentro	1.1. Soy capaz de hablar de mí mismo 1.2. Soy capaz de decirles a los demás aquello que me molesta de su comportamiento 2.1. Cuando me encuentro en una	CCL CPAA CSC SIE

	-Adquisición de estrategias de relaciones sociales: asertividad, empatía, tolerancia... -Desarrollo de actitudes de respeto con el grupo-clase -Expresión personal de gustos y preferencias -Ayuda mutua y colaboración con el resto	asertividad, tolerancia, empatía... -Participar de manera activa en la buena convivencia dentro de aula -Escuchar a los demás y ofrecer tu ayuda -Ser capaz de expresarte y de transmitir tus gustos y preferencias	del aula e intervenir en ellas	situación difícil pido ayuda 2.2. Cuando veo que un compañero está en una situación difícil le ofrezco mi ayuda 2.3. Escucho los problemas de los demás y les ayudo a buscar una solución	
<b>Actividad 2: Cajita de los piropos</b>	-Producción de textos breves en los que expongo aquello que me gusta de los demás -Valoración positiva del comportamiento de los demás conmigo	- Producir textos breves en los que se detalla aquello que me gusta de los demás: elaboración de piropos -Valorar positivamente el comportamiento de los demás conmigo y lo reflejo de manera escrita	3. Soy capaz de hablar de mí mismo y de los demás, reconociendo sus fortalezas y utilizando la empatía	3.1. Expreso lo que me gusta de los demás de manera escrita 3.2. Utilizo la asertividad como medio de comunicar aquello que no te gusta de los demás sin dañarles	CCL CSC SIE

<b>Actividad 3: Almas gemelas</b>	-Reconocimiento de mis gustos y preferencias entre varias opciones -Relaciones interpersonales dentro del aula	-Reconocer mis gustos y preferencias entre varias opciones -Relacionarse con mis compañeros dentro del aula -Expresar mis gustos ante los demás	1. Expresarse de forma oral como medio de resolución de conflictos 4. Comunicación de gustos y preferencias	1.1. Soy capaz de hablar de mí mismo 4.1. Expreso mis gustos ante los demás 4.2. Ordeno mis preferencias de un conjunto de opciones	CCL CSC
---	---	---	--	---	------------

Tabla 30: Tabla de contenidos, objetivos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y competencias clave de la segunda sesión

<b>Actividades</b>	<b>Contenidos</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Criterios de Evaluación</b>	<b>Estándares de aprendizaje</b>	<b>Competencias clave</b>
<b>Actividad 4: Hablo y me posiciono</b>	-Comprensión de las normas de convivencia del centro -Fomento de las conductas positivas tanto a nivel individual como a nivel grupo-clase	- Comprender las normas de convivencia establecidas en el centro -Fomentar las conductas positivas dentro del aula -Detectar situaciones de bullying y cyberbullying	2. Reconocer las situaciones negativas dentro del aula e	2.1. Cuando me encuentro en una situación difícil pido ayuda 2.2. Cuando veo que un compañero está en una situación difícil le ofrezco mi ayuda 2.3. Escucho los problemas de los demás y les ayudo a buscar una solución	CCL CPAA CSC

	-Detección de situaciones de bullying y cyberbullying -Intervención en situaciones de bullying y cyberbullying	-Intervenir en situaciones de bullying y cyberbullying -Desarrollar estrategias de intervención en el aula	intervenir en ellas		
<b>Actividad 5: Cuestionario de bullying y cyberbullying</b>	-Comprensión de las normas de convivencia del centro -Ayuda mutua y colaboración con el resto -Adquisición de estrategias de relaciones sociales: asertividad, empatía, tolerancia...	- Comprender las normas de convivencia establecidas en el centro -Participar de manera activa en la buena convivencia dentro de aula	2. Reconocer las situaciones negativas dentro del aula e intervenir en ellas	2.1. Cuando me encuentro en una situación difícil pido ayuda 2.2. Cuando veo que un compañero está en una situación difícil le ofrezco mi ayuda 2.3. Escucho los problemas de los demás y les ayudo a buscar una solución	CCL CSC CPAA
<b>Actividad 6: El mundo en tus manos</b>	-Producción de textos breves en los que recojo situaciones de bullying y cyberbullying	- Producir de manera escrita textos en los que aparecen distintas situaciones de bullying y cyberbullying	2. Reconocer las situaciones negativas	2.1. Cuando me encuentro en una situación difícil pido ayuda 2.2. Cuando veo que un compañero está en una situación difícil le ofrezco mi ayuda	CCL CSC SIE

	-Adquisición de herramientas de reconocimiento de situaciones de bullying y cyberbullying tanto en el aula como en el resto de entornos del alumno/a	-Adquirir herramientas de reconocimiento de situaciones de bullying y cyberbullying tanto en el aula como en el resto de entornos del alumno/a	dentro del aula e intervenir en ellas 5. Detectar situaciones de bullying en la vida diaria	5.1. Detecta situaciones de bullying en sus entornos de la vida diaria 5.2. Interviene en diversas situaciones de bullying y cyberbullying 5.3. Conciencia de la importancia de una convivencia justa y sin violencia	
--	--	--	--	---	--

Tabla 31: Tabla de contenidos, objetivos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y competencias clave de la tercera sesión

Actividades	Contenidos	Objetivos	Criterios de Evaluación	Estándares de aprendizaje	Competencias clave
<b>Actividad 7: En tus zapatos</b>	-Interpretación de un papel siguiendo una serie de características -Comprensión de las consecuencias	-Interpretar un papel siguiendo una serie de características -Comprender las consecuencias de las	2. Reconocer las situaciones negativas dentro del aula e intervenir en ellas 5. Detectar situaciones de bullying en la vida diaria	2.2. Cuando veo que un compañero está en una situación difícil le ofrezco mi ayuda 5.2. Interviene en diversas situaciones de bullying y cyberbullying	CCL CSC CPAA

	de las situaciones de bullying dentro del aula -Mejora de la convivencia entre el grupo-clase	situaciones de bullying dentro del aula -Mejorar de la convivencia entre el grupo-clase			
<b>Actividad 8:</b> <b>Amigo-guía</b>	- confianza -autoestima y auto concepto -Mejora las relaciones entre alumnado -Ofrece la oportunidad de ampliar el abanico de relaciones	-Mejorar la confianza -Aumentar la autoestima y el autoconcepto -Mejorar las relaciones entre el alumnado -Ofrecer la oportunidad de ampliar el abanico de relaciones.	6. Trabajar aspectos tales como la confianza, la empatía o el auto concepto, que sirven de base para mejorar las relaciones interpersonales en el aula	6.1. Potenciar la confianza con compañeros con los que no se tiene relación 6.2. Mejorar la autoestima y el autoconcepto 6.3. Aumentar el abanico de relaciones personales	CCL CSC



Tabla 32: Tabla de contenidos, objetivos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y competencias clave de la cuarta y quinta sesión

Actividades	Contenidos	Objetivos	Criterios de Evaluación	Estándares de aprendizaje	Competencias clave
<b>Actividad 9:</b> <b>Proyecto</b> <b>Fénix</b>	-Producción de textos breves en los que recojo situaciones de bullying y cyberbullying	- Producir de manera escrita textos en los que aparecen distintas situaciones de prevención de bullying y cyberbullying	2. Reconocer las situaciones negativas dentro del aula e intervenir en ellas	2.1. Cuando me encuentro en una situación difícil pido ayuda	CCL CSC SIE CD
	-Comprensión de las normas de convivencia del centro	- Comprender las normas de convivencia establecidas en el centro		2.2. Cuando veo que un compañero está en una situación difícil le ofrezco mi ayuda	
	-Elaboración de herramientas de prevención de bullying y cyberbullying	- Elaborar de herramientas de prevención de bullying y cyberbullying			

Tabla 33: Tabla de contenidos, objetivos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y competencias clave de la sexta sesión

Actividades	Contenidos	Objetivos	Criterios de Evaluación	Estándares de aprendizaje	Competencias clave
<b>Actividad 10:</b> <b>Ruleta anti-bullying</b>	-Producción de textos breves en los que recojo situaciones de bullying y cyberbullying -Comprensión de las consecuencias de las situaciones de bullying dentro del aula -Mejora de la convivencia entre el grupo-clase -Trabajo con alumnos/as de otras edades	- Producir de manera escrita textos en los que aparecen distintas situaciones de bullying y cyberbullying -Comprender las consecuencias de las situaciones de bullying dentro del aula -Mejorar de la convivencia entre el grupo-clase -Trabajar con alumnos/as de otras edades	2. Reconocer las situaciones negativas dentro del aula e intervenir en ellas 7. Trabajar con alumnos de otras edades como medio de comunicación más efectivo y a modo de concienciación	2.1. Cuando me encuentro en una situación difícil pido ayuda 2.2. Cuando veo que un compañero está en una situación difícil le ofrezco mi ayuda 7.1. Comunico las consecuencias del bullying a alumnado de diversas edades, adaptando mi vocabulario 7.2. Doto de herramientas de intervención y prevención de Bullying a otros cursos, con el fin de erradicarlo	CCL CSC SIE

Tabla 34: Tabla de contenidos, objetivos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y competencias clave de la séptima sesión

Actividades	Contenidos	Objetivos	Criterios de Evaluación	Estándares de aprendizaje	Competencias clave
<b>Actividad 11: Exploradores en acción</b>	-Comprensión de las consecuencias de las situaciones de bullying dentro del aula -Mejora de la convivencia entre el grupo-clase -Trabajo con alumnos/as de otras edades	-Comprender las consecuencias de las situaciones de bullying dentro del aula -Mejorar de la convivencia entre el grupo-clase -Trabajar con alumnos/as de otras edades	7. Trabajar con alumnos de otras edades como medio de comunicación más efectivo y a modo de concienciación	7.1. Comunico las consecuencias del bullying a alumnado de diversas edades, adaptando mi vocabulario 7.2. Doto de herramientas de intervención y prevención de Bullying a otros cursos, con el fin de erradicarlo	CCL CSC SIE

Tabla 35: Tabla de contenidos, objetivos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y competencias clave de la octava, novena y décima sesión

Actividades	Contenidos	Objetivos	Criterios de Evaluación	Estándares de aprendizaje	Competencias clave
<b>Actividad 12: Preparación de un lipdub</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Comprensión de las consecuencias de las situaciones de bullying dentro del aula</li> <li>-Mejora de la convivencia entre el grupo-clase</li> <li>-Trabajo con alumnos/as de otras edades</li> <li>-Uso de recursos TIC (Tecnología de la Información y la comunicación)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Comprender las consecuencias de las situaciones de bullying dentro del aula</li> <li>-Mejorar de la convivencia entre el grupo-clase</li> <li>-Trabajar con alumnos/as de otra</li> <li>-Trabajar mediante el uso de recursos TIC s edades</li> </ul>	7. Trabajar con alumnos de otras edades como medio de comunicación más efectivo y a modo de concienciación	7.1. Comunico las consecuencias del bullying a alumnado de diversas edades, adaptando mi vocabulario  7.2. Doto de herramientas de intervención y prevención de Bullying a otros cursos, con el fin de erradicarlo	CCL CD CSC SIE

La explicación de las competencias clave viene recogida en el anexo número 10, concretamente la tabla 36.

#### 4.4. Metodología

Tabla 37: Metodologías empleadas en el Programa

Metodología	Explicación de la metodología
<b>Aprendizaje basado en el pensamiento</b>	Tal y como se viene mencionando a lo largo de la explicación del Programa, se utiliza esta metodología porque se pretende que los alumnos adquieran una serie de habilidades y capacidades que están directamente relacionadas con el pensamiento, para que así, puedan llevarlas a cabo en un futuro de forma realista y efectiva. Por ello es importante que aprendan los contenidos del programa, como qué es el bullying o cuáles son las consecuencias del mismo, pero se pretende ir más allá, y que aprendan qué hacer ante un caso de bullying, o cómo ayudar a aquellos que lo están padeciendo.
<b>Aprendizaje cooperativo</b>	La importancia de esta metodología reside en las agrupaciones mixtas, y por tanto heterogéneas de los alumnos para trabajar. Con el principal objetivo de aumentar los círculos de relaciones que el alumnado tiene dentro del aula, se pretenden llevar a cabo algunas de las actividades de este Programa en parejas o grupos de estudiantes que normalmente no suelen relacionarse, para ofrecerles así una nueva oportunidad de conocerse y de mejorar, de este modo, el clima dentro del grupo-clase, con valores tales como el respeto, la tolerancia o la ayuda a quienes así lo necesitan.
<b>Estudio de casos</b>	Se pretende que el alumno, mediante la presentación de un caso, sea capaz, bien sea de forma individual o colectiva, según se organicen en cada actividad, sea capaz de resolverlo de manera efectiva, haciendo uso de las herramientas trabajadas y empleadas hasta el momento. Una de las premisas de esta metodología y por ello, una de las principales razones por las que la he empleado para este proyecto es que los casos deben ser lo más próximo posibles a la realidad, de manera que el alumno pueda afrontar realidades de bullying y enfrentarse a ellas de la forma más realista posible.

#### 4.5. Evaluación

El principal objetivo de este Programa es la prevención e intervención en casos de bullying y cyberbullying, por lo que no resulta pertinente que para evaluar su eficacia se realice una prueba escrita. Para la evaluación del mismo, el docente empleará las herramientas que vienen recogidas en la tabla 38.

Tabla 38: Evaluación

Herramienta de evaluación	Explicación
<b>Diario de clase del profesorado</b>	Este consiste en recoger la información personal de cada estudiante con relación al conjunto de aprendizajes que va adquiriendo a lo largo de la implantación del programa en el centro, así como su actitud y participación en el mismo.
<b>Registro anecdótico que se usa en la actividad 1: Exploradores en acción, en busca de valientes</b>	Esta actividad está constituida por una serie de insignias y una banda, que las irán consiguiendo los alumnos en función de las acciones que realicen con el resto del alumnado. Tal y como se explica previamente, una vez que consigan una insignia, la persona que se la da deberá anotar a quién se la da y por qué lo hace, de forma que quede registrado el día, el motivo y el destinatario.
<b>Formularios</b>	A lo largo del programa se llevan a cabo una serie de formularios, de manera que el alumnado puede plasmar lo aprendido hasta el momento. Esto supone una autoevaluación, ya que son ellos mismos los que pueden ver lo que ya saben y lo que todavía no han conseguido interiorizar, pero también le sirve al docente como medio de seguimiento del ritmo de aprendizaje de su alumnado.
<b>Listas de control</b>	Antes de llevar a cabo las sesiones, el docente elaborará para aquellas actividades que desee evaluar mediante esta herramienta una lista con objetivos a cumplir por parte del alumno, y la completará con los logros de cada alumno de manera individual. Teniendo en cuenta una

	escala entre la que oscilar, ya que podemos encontrar diversos casos en los que el alumnado esté en proceso de comprender los conceptos, pero no los tenga adquiridos al 100%.
<b>Recogida de las producciones del alumnado</b>	Tras la realización de las actividades de cada sesión, además del registro que lleva a cabo el docente, es muy importante la recogida de las producciones de los alumnos como respaldo de las anotaciones que el docente tiene hasta el momento. El análisis de estas producciones le puede servir al docente como medio de autoevaluación para comprobar si el alumnado ha comprendido de forma satisfactoria aquello que se pretendía, o si hay que hacer algún tipo de modificación.

## 5-. Conclusión

Esta investigación pone de manifiesto la necesidad imperante de una intervención para la erradicación de casos de bullying, concretamente en las aulas de primaria, donde, tal y como indica Garaigordobil (2012), las consecuencias que este deja en el desarrollo de las personas a estas edades son irrevocables. Hay que tener en cuenta que, en contra de lo que socialmente está admitido, las consecuencias no sólo afectan a la víctima, sino que el agresor y los espectadores también las padecen. Principalmente, estas consecuencias se traducen en problemas a nivel social, entre los que destacan un bajo auto concepto, autoestima o trastornos emocionales. Teniendo en cuenta que el auto concepto ha sido considerado uno de los aspectos más relevantes para el bienestar personal (Molero, Zagalaz y Chacón, 2013), es fundamental que su desarrollo sea el adecuado, ya que, de lo contrario, esto se verá reflejado en el transcurso de la vida a la hora de establecer relaciones sociales.

La importancia de llevarlo a cabo en el curso seleccionado, es decir, en sexto de primaria, deriva de que se ha demostrado que la mayor prevalencia de estos casos se produce a estas edades, entre los 11 y los 14 años. (Garaigordobil, 2012). Además, siendo el curso de sexto de primaria la finalización de una etapa y el comienzo de una nueva, dejar unas bases sociales satisfactorias en el alumnado ayudará de forma considerable a la forma de relacionarse con los nuevos compañeros/as en el siguiente nivel de Educación. También se ha tenido en cuenta el momento de maduración de los alumnos, y se ha seleccionado este curso puesto que se tiene en cuenta que es el último curso de la etapa y de primaria, y que está dentro del rango de mayor prevalencia, es decir, entre los 11 y los 14 años, siendo este un periodo de cambio en los alumnos. (Crespo y Moya, 2006)

La presencia de Programas en el ámbito educativo es elevada, y todos ellos tienen aspectos en común. Sin embargo, una minoría de estos cuentan con un respaldo que les abale científicamente. De ahí la importancia de este Programa, ya que partiendo de datos científicos, y de programas que sí que cuentan con un respaldo empírico, plantea una serie de propuestas y actividades, centradas en el curso de sexto de primaria, y que desde el primer momento se centra en atender las necesidades imperantes del alumnado, haciendo que las relaciones dentro del grupo-clase sean fluidas y satisfactorias,



mejorando la calidad de estas y permitiendo a los alumnos conocer y despertar el interés en aquellos/as compañeros/as que hasta entonces no habían tenido la oportunidad de conocer.

El papel de la Educación emocional es clave, ya que nos permite establecer una base para que la persona se conozca primero a sí misma, y así pueda conocer a aquellos que le rodean. Si un alumno/a no es capaz de identificar sus emociones, no va a poder ir un paso más allá e identificar las de las personas que le rodean, lo que se va a traducir en situaciones de riesgo, en las que la aparición de bullying es más elevada. Diferentes estudios señalan claras diferencias en los perfiles de inteligencia emocional asociados a los roles de víctima o agresor en el fenómeno del bullying (Casas, Ortega y Del Rey, 2013). La ausencia de habilidades de educación emocional afecta a las personas, en este caso concreto a los estudiantes, no solo en el aula, sino que esto va más allá y afecta a todos los ámbitos de la vida, ya que la capacidad para conocerse está afectada, y por ello la capacidad de relacionarse con los demás no se lleva de manera satisfactoria.

“De qué sirve que un niño sepa colocar Neptuno en el Universo si no sabe dónde poner su tristeza o su rabia” José María Toro

Nuestro papel como futuros docentes es concretar la educación partiendo de cada alumno como un ser único, al que debemos ayudar a guiar en su propio conocimiento. Cada persona debe partir de lo más concreto, es decir, del conocimiento personal y de la identificación de las emociones. Tal y como viene recogido en la introducción de este proyecto, el primer paso para identificar algo es ponerle nombre, puesto que de lo contrario resulta muy difícil hacer alusión a eso. En este caso, el primer paso para una buena educación emocional es el reconocimiento de las emociones propias, que nos permitan reconocer las de las personas que nos rodean. Pedir ayuda ante una situación de riesgo debe ser una de las premisas que debamos dejar claras ante nuestro alumnado, ya que es el punto de partida para eliminar la situación a la que dicha persona se está viendo sometida.

Por tanto, y a modo de cierre de este proyecto, considero clave la implantación de un Programa de prevención e intervención de casos de bullying en los centros escolares. Una buena acogida de este programa en el centro pasa por la coordinación y

comunicación con todas las personas que forman parte del ámbito escolar. Ya que para que un programa sea llevado a cabo debe contar con la aprobación de todos los participantes en la educación del alumno/a; es decir, familia, escuela y alumnado deben trabajar conjuntamente para que este tipo de casos no se lleven a cabo. Resultaría satisfactorio cuanto menos que, tras la implantación de este programa en un centro y con el paso de un tiempo a modo de adaptación, este pase a ser tan solo de prevención y no de intervención, ya que esto supondría que no hay casos de bullying, y se trabaja en la educación del alumnado para que no aparezcan.

“Ninguna persona merece tus lágrimas, y quien se las merezca no te hará llorar”  
Gabriel García Márquez. La etapa escolar es un momento fundamental en la vida de las personas, y por ello todos merecemos que esta sea feliz.

## 6-. REFERENCIAS

- A.A.V.V. (2007). Violencia escolar. *El maltrato entre iguales en la ESO*. Madrid: Informe de la oficina del Defensor del Pueblo.
- Alonso, J. I., Izquierdo, T., Gómez, C. J., (2014), *La formación del profesorado en Educación Infantil y Primaria: restos y propuestas*. Murcia, España, Editum.
- Avilés, J. (2006). Bullying: el maltrato entre iguales. Agresores, víctimas y testigos en la escuela. Salamanca: Amarú.
- Casas, J. A., Ortega, R., Del Rey, R. (2013). La convivencia Escolar: clave en la predicción del Bullying. *Revista Iberoamericana de Evaluación Educativa*, 6(2), 91-102.
- Carrillo, A., Estévez, C., Gómez-Medina, M. D. (2018). La Psicología en el mundo actual. Inteligencia emocional y bullying en escolares de primaria. *INFAD Revista de Psicología*, 1(1), 227-238.
- Carvajal, P. (2013). El reconocimiento de derechos a la comunidad LGBTI. *Jurídicas CUC*, 9 (1), 123 – 141.
- Cerezo, F. (2009). Bullying: Análisis de la situación en las aulas españolas. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 9 (3), 383- 395.
- Cerezo-Ramírez, F. (2012). Psique: Bullying a través de las TIC. *Boletín Científico Sapiens Research*. 2(2), 24-29.
- Cerezo-Ramírez, F., Sánchez, C. (2011). Factores de riesgo familiares y nivel de implicación en bullying en alumnos de Educación Primaria. *Desafíos y perspectivas actuales de la Psicología en el mundo de la infancia*. 1(1), 241-250.
- Crespo, A., Moya, J. L. (2006). Criterios de intervención y mejora de la convivencia en los Centros Educativos: ‘Bullying’. *Familia y Escuela*, (298), 18-22.

- Fergus, S., y Zimmerman, M. (2005). ADOLESCENT RESILIENCE: A Framework for Understanding Healthy Development in the Face of Risk. *Annual Review of Public Health* 26(1): 399-419.
- Fonseca-Pedrero, E. (2017). Bienestar emocional en adolescentes riojanos. Logroño: Servicio de publicaciones de la Universidad de la Rioja.
- Forte, M. A. (2009). Metodologías Didácticas para la enseñanza/Aprendizaje de competencias. *Competencias en el ámbito de las ciencias experimentales, Programar y trabajar por competencias*. Castellón, España
- Garaigordobil, M. (2012) *El maltrato entre iguales: Definición, prevalencia, consecuencias, identificación e intervención*. Donostia-San Sebastián, España, Universidad del País Vasco.
- Garaigordobil, M. y Oñederra, J.A. (2010). Inteligencia emocional en las víctimas de acoso escolar y en los agresores. *European Journal of Education and Psychology*, 3(2), 243-256.
- Garaigordobil, M. y Martínez-Valderrey, V. (2014). Efecto del Cyberprograma 2.0 sobre la reducción de la victimización y la mejora de la competencia social en la adolescencia. *Revista de Psicodidáctica*, 19(2), 289-305.
- Garner, P. W., y Lemerise, E.A. (2007). The roles of behavioural adjustment and conceptions of peers and emotions in preschool children's peer victimization. *Development and Psychopathology*, 19, 57-71.
- Gobierno de La Rioja, (2019), *Protocolo de Actuación en casos de acoso escolar en los centros educativos sostenidos con fondos públicos en La Rioja*, España, Gobierno de La Rioja.
- González Bellido, A., (2015). Programa TEI "Tutoría entre iguales". *Innovación Educativa*, 25, 17-32.
- Granero Andújar, A. y Manzano León, A. (2018). Posibilidades del programa KiVa

para hacer frente al bullying homofóbico y transfóbico. *Revista Complutense de Educación*, 24 (1), 943-958.

Institut Borja de Bioética, (2005). *Sobre la violencia en las aulas: El fenómeno 'Bullying'*. Pp. 7-8.

Kelly, B.M., Schwartz, D., Gorman, A.H., y Nakamoto, J. (2008). Violent victimization in the community and children's subsequent peer rejection: the mediating role of emotion dysregulation. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 36, 175-185.

Lara-Ros, M. R., Martínez-González, A. E., Piqueras, J. A., Rodríguez-Jiménez, T. (2017). Relación entre el bullying y el estado emocional y social en niños de educación primaria. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*. 4(1), 59-64.

Leganés Lavall, E. (2013). Una propuesta de intervención para prevenir el acoso escolar desde una perspectiva sociogrupal. *Psychology, Society and Education*, 5 (1), 21-40.

Molero, D., Zagalaz, M. L. y Chacón, J. (2013). Estudio comparativo del auto concepto físico a lo largo del ciclo vital. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(1), 135-142.

Moraleda, M., González, J., y García- Gallo, J. (2004). *AECS. Actitudes y estrategias cognitivas sociales*. Madrid: TEA. (Trabajo original publicado en 1998)

Piñuel, I., y Oñate, A. (2006). *AVE: Acoso y Violencia Escolar*. Madrid: TEA.

Save the Children (2016). *Yo a esto no juego: bullying y cyberbullying en la infancia: SAVE THE CHILDREN España*.

Smith, P.K., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russell, S y Tippett, N. (2008). Cyberbullying: its nature and impact in secondary school pupils. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49(4), 376-385.

Springer, A.E., Cuevas, M.C., Ortiz, Y. K., y Wikinson, A. (2015). The association of bullying and school cohesion un Colombia secondary school students. *Global Health Promotion*, 1757-9759, 1-12.